



**Lagundo**  
Merano

A MERANO E DINTORNI  
IL FASCINO DELLA  
VITA ALPINA



# Guida vacanze





Messaggio pubblicitario

Spazio alla **fiducia**.

**Ad esempio in tema di sicurezza.**

Cos'altro conta per te?  
Parliamone.

Come banca cooperativa, poniamo al centro il benessere di soci e clienti. La nostra attività, ben radicata nella regione, ci porta a pensare e agire localmente: ciò si traduce in una crescita sana per tutti e nella massima sicurezza per i tuoi risparmi. Parliamone. [www.raika.it](http://www.raika.it)



**Raiffeisen**

Cassa Raiffeisen Lagundo



A MERANO E DINTORNI  
IL FASCINO DELLA  
VITA ALPINA

## Benvenuti a Lagundo!

Cari ospiti,

L'Associazione turistica Lagundo ed i gestori degli esercizi Vi danno il loro più cordiale benvenuto e s'impegnano sin d'ora a trasformare il Vostro soggiorno a Lagundo in un'esperienza indimenticabile. Questa guida contiene tutte le informazioni utili per vivere una vacanza bella e rilassante. Fornisce ottimi spunti per scoprire la nostra bellissima regione. Con molto piacere Vi aspettiamo presso l'Ufficio dell'Associazione Turistica per tutte le informazioni inerenti alla Vostra vacanza.

Un cordiale saluto dallo staff dell'Associazione Turistica

### **Associazione turistica Lagundo**

Piazza Hans Gamper 3  
I-39022 Lagundo presso Merano, Alto Adige  
Telefono 0473 44 86 00  
Fax 0473 44 89 17

**E-Mail: [info@lagundo.com](mailto:info@lagundo.com)**

**Internet: [www.algund.info](http://www.algund.info)**

### **Orario d'apertura dell'Associazione turistica Lagundo:**

da fine marzo ad inizio novembre

**lu - ve** ore 8:30 - 18:30

**sa** ore 9:00 - 17:00

**do** ore 9:15 - 11:30

da metà novembre a metà marzo

**lu - gi** ore 8:30 - 12:30

ore 14:00 - 18:00

**ve** ore 8:30 - 12:30

ore 13:00 - 17:00

# Indice:

<b>INFORMAZIONI GENERALI</b> .....	5-10
LagundoCard, carte vantaggi e mobilità .....	5-7
Le frazioni di Lagundo .....	8-10
<b>MANIFESTAZIONI ED EVENTI</b> .....	11-36
Manifestazioni a Lagundo .....	11-16
Eventi settimanali/Benvenuto e consigli per le vacanze/Gite ed escursioni guidate/Rafting sull'Adige/Chiesa Parrocchiale di Lagundo: visita guidata	
Birreria Forst: visita guidata .....	16-17
Primavera a Lagundo e Primavera Meranese .....	18-19
Eventi a marzo-aprile, Alto Adige Balance .....	19-22
Eventi a giugno-luglio-agosto .....	22-24
Eventi a settembre-ottobre-novembre .....	24-27
Autunno dorato a Lagundo/Törggelen a Lagundo/Merano Wine Festival	
Eventi a dicembre .....	28-31
Mercatino di Natale a Lagundo e Merano/S. Silvestro a Merano e a Lagundo	
Feste e sagre, mercati e fiere, banda musicale di Lagundo .....	32-33
Attrazioni e attività per famiglie con bambini .....	34-35
Funzioni religiose, visite guidate alla Chiesa S.Giuseppe .....	36
<b>DA VEDERE A LAGUNDO E NEI DINTORNI</b> .....	37-57
Luoghi d'interesse a Lagundo .....	37-40
Chiesa Parrocchiale/Museo Testa di Ponte/Il Trono di Castel Trauttmansdorff	
Da vedere a Merano - musei e luoghi d'interesse .....	41-45
Da vedere nei dintorni - musei e luoghi d'interesse .....	45-53
Musei Messner Mountain (MMM) .....	54-55
Luoghi d'interesse e musei più distanti .....	56-57
<b>ATTIVITÀ SPORTIVE</b> .....	58-68
Escursioni, ciclismo, volo, rafting, piscine e terme, pesca, golf, maneggi, bowling, vie ferrate, percorsi sospesi, arrampicata e boulder, tennis, sci	
Bellezza e benessere .....	69
Parrucchieri, beauty center, palestre	
<b>LOCALI GASTRONOMICI</b> .....	70-75
Bar - Pub - Bistrot - Ristoranti e locali da ballo a Merano e dintorni .....	70
Locali con musica dal vivo e locali con giorno di chiusura a Lagundo .....	72-75
<b>MEZZI PUBBLICI, SHOPPING, SERVIZI UTILI</b> .....	76-87
Mobilità e trasporti pubblici in Alto Adige .....	76-77
Negozi a Lagundo .....	78-80
Ambulatori medici e farmacie, emergenze .....	82
Autofficine, meccanici .....	82-83
Banche, biblioteca .....	84-85
Oggetti smarriti, servizio bagagli, hot spot, negozi di ottica .....	86
Numeri telefonici importanti, veterinari, servizio taxi .....	87
<b>INFO UTILI PER ESCURSIONI, TREKKING</b> .....	88-118
Rifugi, seggiovie, funivie .....	88-94
Consigli e regole per escursionisti .....	96-97
Escursioni con i bambini .....	98-101
Escursioni sui Sentieri d'acqua e passeggiate facili .....	102-107
Trekking e tour in montagna .....	107-113
Parco Naturale gruppo di Tessa .....	114
Escursioni nei dintorni (Avelengo, Merano 2000, Punta Cervina.) .....	115-118
<b>PISTE CICLABILI, CICLOVIA DELL'ADIGE, TOUR IN MTB</b> .....	119-122

## LagundoCard – per spostarsi e visitare l'Alto Adige gratis!



### Gratuito

Con almeno 1 pernottamento presso tutti gli esercizi partecipanti.

### LagundoCard

#### Tutte le offerte in breve:

- Utilizzo gratuito dei treni regionali in Alto Adige
- Utilizzo gratuito degli autobus del trasporto locale
- Utilizzo gratuito delle funivie di Renon, Maranza, San Genesio, Meltina e Verano, Rio Lagundo, Colle
- Utilizzo gratuito del trenino di Renon e della funicolare della Mendola
- L'autopostale Svizzera tra Malles e Müstair
- Ingresso gratuito in 90 musei del territorio
- Tutti i vantaggi della GuestCard (almeno 10% di riduzione in circa 100 strutture come piscine, impianti di risalita, ecc.)

**LagundoCard vi viene consegnata all'arrivo nell'esercizio partecipante**





## Carte vantaggi e mobilità

Informazioni, prezzi e vendita presso l'Associazione turistica Lagundo

### GuestCard

**Più di 100 idee per grandi avventure a prezzo conveniente**

La GuestCard verrà consegnata presso l'esercizio ospitante. La card è gratuita e può essere utilizzata durante tutta la vacanza. Con la GuestCard si ha diritto ad uno sconto di almeno il 10% sulle normali tariffe in più di 100 musei, funivie, strutture sportive e ricreative a Merano e dintorni.

### BusCard Merano e dintorni

Permette di viaggiare per 7 giorni su tutti gli autobus di Lagundo e del Burgraviato, compresi i citybus. Non è utilizzabile per il treno, le funivie e le seggiovie.

### Mobilcard Alto Adige

Con la Mobilcard è possibile utilizzare tutti i mezzi pubblici del Trasporto Integrato Alto Adige, compreso il treno fino a Trento, il trenino del Renon, la funicolare della Mendola e le funivie. La tessera può avere validità 1 giorno, 3 giorni o 7 giorni. Per i bambini (6-13 anni) vi è la versione Junior. I bambini sotto i 6 anni viaggiano gratis.

### museumobil Card

Questa tessera offre un duplice vantaggio: permette di utilizzare gratuitamente tutti i mezzi pubblici del Trasporto Integrato Alto Adige e di entrare gratuitamente in 90 musei altoatesini (un ingresso per tessera). La museumobil Card è disponibile come biglietto per 3 giorni o per 7 giorni. Per i bambini (6-13 anni) vi è la versione Junior.

**Per maggiori informazioni sulla Mobilcard e sulla museumobil Card consultate il sito [www.mobilcard.info](http://www.mobilcard.info), per gli orari dei mezzi pubblici: [www.mobilitaltoadige.info](http://www.mobilitaltoadige.info) oppure [www.sasabz.it](http://www.sasabz.it)**

### bikemobil Card

La bikemobil Card è un biglietto che consente di viaggiare con tutti i mezzi del Trasporto Integrato Alto Adige per 1, 3 o 7 giorni consecutivi. Durante il periodo di validità la carta consente di noleggiare una bicicletta, per una sola volta (e quindi solo per un giorno), presso i punti di noleggio recanti il contrassegno "Bici Alto Adige" oppure "PapinSport". Informazioni sui punti di noleggio: [www.bici-altoadige.com](http://www.bici-altoadige.com) e [www.papin.it/it](http://www.papin.it/it).



### Carta valore e biglietto urbano

La carta valore è un titolo di viaggio universale e trasferibile ed è valida due anni dalla data della prima convalida. La carta valore è utilizzabile contemporaneamente da più utenti per la stessa tratta, ripetendo tante volte l'operazione di convalida quanti sono gli utenti. La carta valore - disponibile in tagli da 10, 25 e 50 euro - è acquistabile nei punti vendita autorizzati, presso le biglietterie automatiche e a bordo degli autobus del servizio extraurbano. Il biglietto urbano è valido nelle zone urbane e sui servizi Citybus. A differenza della carta valore non è utilizzabile per le corse extraurbane, le funivie e la ferrovia.







## Paese Lagundo

Questa piccola frazione situata a 330-360 metri di altitudine sul cono di deiezione del ruscello Grabbach, circondata da vigneti e frutteti, offre una splendida vista su Merano, la valle dell'Adige e Bolzano. La pieve, le cui prime testimonianze risalgono al XIII secolo, è andata sviluppandosi attorno all'antica chiesa parrocchiale consacrata ai santi Ippolito ed Erardo. Grazie alle sue numerose strutture alberghiere, alle pensioni curate, agriturismi e agli affittacamere privati, la località è in grado di offrire ospitalità ad ogni categoria di villeggianti.

## Le frazioni di Lagundo

### Riomolino

Grazie alla favorevole ubicazione nel fondovalle (300-350 m s.l.m.) e al progresso tecnico dei mezzi di trasporto, Riomolino è divenuta la località principale e il cuore pulsante del Comune di Lagundo. La prima citazione del nome di questo borgo (Mühlbach) risale al 1290-1300 circa quando il territorio faceva parte del Burgraviato di Castel Tirol. L'insediamento umano in quest'area si concentrò in prevalenza lungo l'antica strada provinciale per Plars e in direzione del vecchio ponte di Foresta (l'odierno Steg) nonché, anche se in misura ridotta, lungo il canale artificiale che raccoglie le acque del rio. Malgrado il ridotto sviluppo di quest'ultima area, il corso d'acqua del molino (Riomolino, appunto) finì per dare il nome a questo borgo. Sorgono a Riomolino: il Municipio, la chiesa parrocchiale, il centro culturale Thalgueter, la sede dell'Associazione turistica, la stazione dei carabinieri, la stazione ferroviaria e la maggior parte dei negozi e delle banche del comune, l'ufficio postale, la piscina pubblica, il minigolf, il museo presso la testa di ponte lungo la Via Claudia Augusta e il campo sportivo. Alberghi, pensioni, affittacamere, agriturismi di ogni categoria offrono inoltre alloggi in grado di soddisfare ogni esigenza e assicurare vacanze tranquille immersi nel verde di vigneti e frutteti. Cinque linee di autobus collegano la località con Merano, la stazione ferroviaria e i comuni limitrofi.



### Plars di Mezzo

Questo piccolo borgo è situato sulle sponde soleggiate del Töllgraben (400-500 m s.l.m.) il canale che scorre a nord-ovest di Riomolino. Tre linee di trasporto pubblico collegano Plars di Mezzo con il capoluogo del comune. A Plars di Mezzo si trova inoltre la stazione a valle della seggiovia per Velloi (900 m). L'incantevole sentiero che fiancheggia la roggia di Lagundo conduce, attraverso un ameno paesaggio di vigneti e frutteti, fino a Lagundo Paese. Anche qui, strutture ricettive di ogni categoria offrono l'opportunità a chiunque di trascorrere un piacevole soggiorno.

### Plars di Sopra

Situata a dominare la roggia di Lagundo, su un versante soleggiato ad un'altitudine di 500-600 m e immersa in un incantevole paesaggio di vigneti e frutteti, la località offre una splendida vista panoramica della città termale di Merano. Due linee di autobus collegano Plars di Sopra con il centro. Alberghi, pensioni, agriturismi, affittacamere di ogni categoria offrono agli ospiti l'opportunità di un soggiorno piacevole e tranquillo lontano dalle grandi arterie del traffico. Anche Plars si propone come ottimo punto di partenza per escursioni e tour alla scoperta dei magnifici dintorni.



## Foresta

È la frazione situata più a sud del Comune di Lagundo (300-350 m s.l.m.) ed è collegata al centro tramite un ponte carrabile e un ponticello pedonale in legno (nei pressi della piscina pubblica) gettati sull'Adige ad unire le due sponde. In prossimità di Castel Foresta, uno dei numerosi manieri che affollano questa zona, si trova il capolinea del bus Marlengo-Merano-Foresta (n. 212). Foresta ospita anche la sede della Birreria Forst, che produce la birra speciale Forst, uno degli impianti più moderni d'Europa. Alberghi, garni, pensioni, agriturismi e affittacamere propongono anche qui occasioni di alloggio per tutti i gusti e tutte le tasche. Foresta costituisce inoltre un punto di partenza ideale per escursioni di ogni ordine e grado di difficoltà.



## Velloi

Questa frazione soleggiata posta ad un'altitudine di 900-1100 metri offre un'impareggiabile veduta della Val d'Adige, spaziando ad est fino alle cime dolomitiche e toccando ad ovest il massiccio dell'Ortles. Rifugi di montagna, pensioni e garni offrono alloggio a turisti ed appassionati di escursioni. Un'ottima strada di montagna collega Velloi con il centro di Lagundo, mentre una seggiovia unisce il borgo con la frazione di Plars di Mezzo. Un altro impianto di risalita conduce invece alla malga Leiter (Leiter Alm 1550 m) da dove si dipartono molti sentieri per escursioni e tour in alta montagna.

## Riolagundo - Ried

Minuto borgo di montagna situato a 1360 m di altitudine a sud ovest di Lagundo e raggiungibile lungo una strada forestale che da Tel passa per i Masi del Quadrato (12 km) o con la nuova funivia che parte da Rablà. Apprezzata soprattutto durante la stagione estiva da chi è alla ricerca di refrigerio, Riolagundo propone molteplici occasioni di gite ed escursioni (es. Monte San Vigilio - 1800 m e Malga Naturno - 1922 m). Allungata sui versanti del Monte Novale, la località di Riolagundo si spinge fino a fondo valle sulla sponda destra dell'Adige (520 m), occupata dai vigneti della zona di Novale. Vi si può arrivare in auto seguendo la strada che parte dalla stazione a valle della Funivia di Aschbach (Riolagundo).



## Manifestazioni a Lagundo

### MANIFESTAZIONI SETTIMANALI

#### Lunedì

Ore 10:45 – Benvenuto e consigli per le vacanze

Ore 11:00 – Escursione panoramica con informazioni su Lagundo

#### Martedì

Ore 09:30 – Gita guidata in bici per Merano e dintorni

#### Mercoledì

Ore 9:00 – Escursione guidata in montagna

Ore 9:15 – Gita rafting – avventura per tutta la famiglia

#### Giovedì

Ore 14:00 – Visita guidata alla birreria Forst (da giugno a settembre)

Ore 16:00 – Visita guidata della Chiesa Parrocchiale di Lagundo

#### Gite di un giorno organizzate

Diverse gite e tour di un giorno ad esempio: grande giro panoramico a Merano e dintorni, giro medio e grande delle Dolomiti e Castelrotto, Giro della Val d'Ultimo e Val di Non con le Dolomiti del Brenta, Giro medio delle Dolomiti con Ortisei, Grande giro delle Dolomiti con Passo Gardena, Passo dello Stelvio, Alpe di Siusi e Castelrotto, Giro piccolo delle Dolomiti, St. Moritz con Livigno con possibilità di un giro con il trenino Bernina, Val Senales. Ulteriori informazioni e prenotazione presso l'Associazione turistica Lagundo.

### BENVENUTO E CONSIGLI PER LE VACANZE

**Ogni lunedì, ore 10:45** – nella Sala Civica della Casa della Cultura Thalgueter. Un benvenuto a tutti i nostri ospiti con introduzione su Lagundo, consigli, informazioni su eventi, attrazioni turistiche e LagundoCard. Iscrizione fino alle ore 10:00 presso l'Associazione turistica Lagundo, tel. 0473 448600

**Ogni lunedì, ore 11:00** – escursione panoramica con informazioni su Lagundo – Partecipazione gratuita, camminata ca. 1,5 ore. Iscrizione fino alle ore 10:00 presso l'Associazione turistica Lagundo, tel. 0473 448600.







### GITA GUIDATA IN BICI

**Escursione guidata "Merano panorama a 360° – cultura e vino"**

**Ogni martedì alle ore 9:30**

**Ritrovo presso Bike & Hike, Lagundo**

**Ritorno: ore 15:30 circa**

Tour in bici nella conca di Merano: incantevoli panorami sul paesaggio e approfondimenti sulla cultura del vino intorno a Merano • attraversamento del centro storico di Merano e dei piccoli paesini nei dintorni • pausa in un piccola malga con vista da sogno nella vallata • degustazione gratuita di diversi vini in una piccola azienda vinicola • visita della cantina con l'enologo • la Via della cultura del vino ci porterà attraverso Marlengo • panorami fantastici durante il tour con pause fotografiche.

**Info & prenotazione presso:**

**Bike & Hike a Lagundo, via Stenizer 14**

**Tel. 0473 524 041**

**info@bikeandhike.it**



### ESCURSIONI CON LE GUIDE ESPERTE GEORG E MONIKA

**Ogni mercoledì - ore 9:00 (a volte ore 8:30)**

**Ritrovo: davanti al Comune di Lagundo**

Esplorate le magnifiche montagne dell'Alto Adige in compagnia, senza preoccuparvi di dover programmare nulla. Ogni mercoledì partiamo da Lagundo per condurvi alla scoperta di bellissimi tracciati alpini, malghe e rifugi. La natura in Alto Adige non teme confronti e offre meravigliose vedute, pascoli infiniti, prati e pendii in fiore, suggestivi sentieri nel bosco, laghi cristallini e scroscianti torrenti. Vi aspettiamo per meravigliose giornate in montagna.

**È richiesta la prenotazione. Programma delle escursioni e prenotazione presso l'Associazione turistica Lagundo (entro le 16:00 del giorno prima) – Tel. 0473 448600 - info@lagundo.com - www.algund.info**

### RAFTING SULL'ADIGE – PER TUTTA LA FAMIGLIA

**Rafting sul fiume Adige da Castelfello a Naturno (10 km) con navetta gratuita da Lagundo. Ogni mercoledì, partenza alle ore 9:15.**

**Il servizio navetta da Lagundo si effettua con un minimo di 4 partecipanti.**

Un'avventura speciale, adatta a tutta la famiglia. Acquaterra, specializzata in rafting e canyoning, con il suo team di guide esperte e con i suoi moderni mezzi vi farà vivere momenti di pura adrenalina. Lanciatevi in un'avventura mozzafiato sulle acque dell'Adige!

**Prenotazione presso l'Associazione turistica Lagundo (entro le 16:00 del giorno prima) - Tel. 0473 448 600 info@lagundo.com - www.algund.info**







## CANTINA MERANO: VISITA GUIDATA E DEGUSTAZIONE

**Su prenotazione per gruppi a partire da 8-10 persone**

Visita alla cantina con bottiglia di vino in omaggio

**Info & prenotazione:**

Tel. 0473 447137 - [info@cantinamerano.it](mailto:info@cantinamerano.it) - [www.cantinamerano.it](http://www.cantinamerano.it)

**Orari d'apertura:**

lu-ve ore 8:00-19:00 / sa ore 8:00-18:00



## VISITA GUIDATA DELLA CHIESA PARROCCHIALE DI LAGUNDO

**Ogni giovedì alle ore 16:00**

**Ritrovo: direttamente in chiesa – durata 1 ora circa**

La Chiesa Parrocchiale di San Giuseppe è una delle chiese più moderne dell'area alpina ed è un bellissimo esempio di architettura contemporanea. La chiesa fu costruita su progetto del famoso architetto Willy Gutweniger tra il 1966 e il 1971, e rappresenta un tentativo riuscito di coniugare l'antico e il moderno. È importante che il visitatore si prenda tempo sufficiente per poter comprendere il ricco linguaggio simbolico di questa costruzione religiosa. L'inaugurazione della chiesa avvenne il 13 marzo 1977.

**Prenotazione entro mercoledì**

**Info e prenotazione:** presso l'Associazione

turistica Lagundo - Tel. 0473 448600

[info@lagundo.com](mailto:info@lagundo.com) - [www.lagundo.info](http://www.lagundo.info)

**Partecipazione gratuita**



## VINO & ARCHITETTURA

Enoteca Panoramica  
Degustazioni vini  
Vendita al dettaglio

### CANTINA MERANO

Via Cantina 9, Marleno

Lunedì – venerdì ore 8 – 19

Sabato ore 8 – 18

Info 0473 44 71 37

### Punto vendita a Merano

Enoteca & Parking

Cantina Lagundo

Portici 218, Merano

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







## BIRRA FORST. NASCE IN ALTO ADIGE, PER PIACERE OVUNQUE.

Ognuna con il suo carattere,  
ognuna per un gusto diverso.  
Tutta la qualità dell'Alto Adige vive  
nella specialità delle birre FORST.  
Per questo ce ne sono così tante.

### VISITA GUIDATA DELLO STABILIMENTO DI BIRRA FORST

Visita guidata attraverso lo stabilimento produttivo di Birra FORST

Giovedì alle ore 14:00 da giugno a settembre

Date: vedi programma delle manifestazioni

#### Birra FORST

Davanti all'incomparabile scenario naturale del comune di Lagundo, vino e birra si danno appuntamento per una festa che, a dispetto dei pregiudizi, li vede unirsi in un amichevole abbraccio. Entrambi prodotti di origine naturale dalla tradizione antichissima (con la birra, più anziana, che risale a circa 7000 anni or sono e il vino, più giovincello, che risale a 5000 anni fa), queste apprezzatissime bevande si distinguono solo per gli ingredienti: un frutto (l'uva) per il vino e un cereale (l'orzo) e un fiore (il luppolo) per una birra dal sapore aromatico. Tutti gli altri aspetti, dal processo di fermentazione naturale all'invecchiamento, rimangono invece uguali e ugualmente curati dalle sapienti mani di professionisti impegnati a conferire al prodotto finale caratteristiche in grado di soddisfare i palati più esigenti.

Tutt'altro che contraddittoria, dunque, la scelta di Birra FORST di insediarsi, sin dal lontano 1857 proprio a Lagundo/Foresta, zona notoriamente famosa per la presenza di distese di vigneti e frutteti.

Le eccezionali proprietà dell'acqua di sorgente delle maestose cime vicine e gli ingredienti di primissima qualità scelti con cura e sapientemente miscelati dalle mani del mastro birraio FORST, costituiscono le premesse dell'ottima qualità e del grande apprezzamento di cui le birre FORST godono in Italia e all'estero.

Per aggiungere ad un "in vino veritas" un "in cerevisia gaudium", Birra FORST invita a visitare il prestigioso stabilimento e a degustare i suoi ottimi prodotti.

#### È richiesta la prenotazione

Informazioni e prenotazione direttamente presso la portineria di

Birra Forst: Tel. 0473 260 111 - posti limitati

La visita può essere effettuata da persone di età maggiore di 16 anni.



Bella. Fresca. FORST.  
Scopri tutte le nostre birre su [forst.it](http://forst.it)



LA BIRRA DALL'ALTO ADIGE.



## Highlights a Lagundo

### PRIMAVERA A LAGUNDO

Grazie al suo microclima alpino-mediterraneo, il paese giardino di Lagundo, nei pressi di Merano, è la meta ideale in ogni stagione dell'anno. La posizione privilegiata a ridosso delle montagne regala al paese una temperatura di qualche grado più alta rispetto ai paesi limitrofi e, incredibile ma vero, ben 300 giornate di sole all'anno. Condizioni perfette per una vacanza indimenticabile in Alto Adige, tra frutteti e vigneti. Mentre in altre zone si combatte ancora con le gelate, a Lagundo già a marzo si possono ammirare i primi frutteti in fiore.

### ESCURSIONI E PASSEGGIATE (TRA I 300 E I 3.000 M DI ALTITUDINE)

Il paese di Lagundo è il punto di partenza ideale per innumerevoli escursioni in montagna e in quota. Si possono scegliere, tra i vari percorsi che si snodano sia a bassa quota, sia in alta montagna fino a 3.000 m s.l.m., quelli più adatti alle proprie capacità e condizioni fisiche. Subito sopra il paese, sui pendii coltivati a vigne, si può passeggiare lungo meravigliosi sentieri panoramici, quali il Sentiero d'acqua (Waalweg) di Lagundo, oppure si può scegliere di avventurarsi in un'escursione sul più suggestivo sentiero alpino d'Europa, l'Alta Via di Merano. Ce n'è per tutti i gusti e per ogni escursionista!

### GITE IN BICICLETTA A LAGUNDO E DINTORNI

A Lagundo e nei dintorni ci sono numerose possibilità di esplorare il paesaggio in bicicletta, attraversando sulle due ruote panorami fantastici immersi nel verde. Per chi ama la bici da corsa o la citybike vi sono le piste ciclabili e le strade secondarie, lontane dal traffico, mentre per i biker MTB sono perfette le strade forestali ed i tracciati ad hoc in montagna. Lagundo offre percorsi di ogni livello di difficoltà. Assolutamente da programmare è una pedalata lungo la Via Claudia Augusta, l'antica strada romana che collegava la Pianura Padana con i territori nordici.

### BIKE AND HIKE: BICI, TREKKING E TOUR GUIDATI

Ogni giorno Christoph Frei e il suo team di guide organizza tour bellissimi in bici alla scoperta dell'Alto Adige. Il negozio Bike and Hike si trova a Lagundo, in Via Stenizer 14. Tour per famiglie, ciclisti alle prime armi, ciclisti allenati, e-biker e servizio di riparazione. Ma anche noleggio bici: mountain bike, e-bike, bici da strada, bici da trekking.

### PRIMAVERA MERANESE

Un festival che si manifesta creativamente nell'interpretazione e valorizzazione delle aree verdi di Merano. Percorsi tematici e iniziative ispirati al tema "Arte e Natura".

### MARZO – NOVEMBRE

#### Escursioni guidate - ogni mercoledì

Vi invitiamo ad esplorare le magnifiche montagne dell'Alto Adige in compagnia di Monika o Georg, esperte guide. Ogni mercoledì vi accompagneranno a malghe e rifugi alpini. I tour vi porteranno a scoprire alcuni dei posti più suggestivi dell'Alto Adige: le Dolomiti con lo Sciliar e il Latemar, il Lago di Carezza, il Renon, ma anche Caldaro e Castelfeder, Merano 2000 e il santuario di Pietralba.

### APRILE

#### Pasqua e fioritura dei meli a Lagundo

Difficile da credere, ma quando arriva Pasqua, Lagundo è già verde e fiorita. Le temperature miti invitano a fare escursioni e ci si può già rilassare ai primi caldi raggi di sole. In primavera, l'influenza del microclima mediterraneo fa sì che mentre le cime sono ancora innevate, a Lagundo – il paese giardino – i frutteti sono già in fiore: uno spettacolo naturale davvero unico. I primi a fiorire sono i ciliegi, seguono i meli e da aprile l'intero paesaggio è immerso in un turbinio di fiori.

#### Tradizionale concerto di Pasqua della banda musicale di Lagundo

Un concerto speciale, un modo per inaugurare la bella stagione, un'esperienza musicale unica e indimenticabile. Presso la Casa della Cultura a Lagundo. Ingresso libero.

#### Corsa dei cavalli Avelignesi con sfilata

Il Lunedì dell'Angelo (Pasquetta) l'Ippodromo di Merano ospita tradizionalmente la corsa dei cavalli Avelignesi, bellissimi animali dal manto sauro e dalla bionda criniera. L'inizio delle corse è preceduto da una sfilata dei partecipanti con bande e gruppi folcloristici lungo le vie del centro. Il grande corteo con cavalli e cavalieri muove da porta Venosta per marciare lungo le strade di Merano. Attraverso via delle Corse, corso Libertà e piazza della Rena, Passeggiata Lungo Passirio (direzione ponte Teatro), via Piave e via Palade, la sfilata raggiunge l'Ippodromo di Merano.







Südtirol · Alto Adige

# Balance

DA APRILE A GIUGNO  
A LAGUNDO E DINTORNI

**Staccare dalla quotidianità, concedersi una pausa rilassante e ricaricarsi di nuove energie immergendosi nella natura: Alto Adige Balance è l'occasione ideale per tutti coloro che durante la primavera vogliono pensare al proprio benessere.**

#### Esperienze guidate

Durante le selezionate esperienze nella natura dell'Alto Adige, sarete sempre affiancati da esperti locali. Grazie al loro aiuto sarà più facile ritrovare il proprio equilibrio interiore e capire come sia possibile preservare l'energia positiva anche nella vita di tutti i giorni.

#### Vivere la Natura dell'Alto Adige

Tutte le esperienze proposte contribuiscono significativamente, ciascuna in modo diverso, a migliorare il vostro benessere. Per rimanere in forma e staccare la spina, l'attività fisica nella natura fondamentale, che si tratti di un allenamento di corsa o di una passeggiata nel bosco. Camminando nelle fresche acque dei ruscelli di montagna, inoltre, è possibile contrastare la stanchezza tipica della primavera. Oltre a questo, poi, gli spettacoli naturali, come recarsi ad ammirare il sorgere del sole in un luogo circondato dalle forze della natura, offrono la possibilità di percepire gli elementi naturali, di allentare le tensioni e di riprendere contatto con la propria interiorità. Gli esperti di erbe selvatiche riveleranno le loro preziose conoscenze – e anche questo è un modo per rendersi conto della forza della natura. I corsi di cucina e le degustazioni a base di ortaggi ed erbe aromatiche offrono infine l'opportunità di imparare ad alimentarsi in maniera sana e consapevole. Con le esperienze guidate di Balance vi immergerete nella primavera dell'Alto Adige con il corpo e con lo spirito.

**Tutte le esperienze Balance Alto Adige su [www.suedtirol.info/balance](http://www.suedtirol.info/balance)**



# ROEMERKELLER

RESTAURANT ~ PIZZERIA ~ VINOTHEK



Cucina mediterranea

Specialità stagionali

Steak House di qualità

Oltre 70 tipi di pizza

Mediterrane Küche

Saisonelle Spezialitäten

Steak House höchster Qualität

Über 70 Pizzasorten

Dove siamo ...

Wo sind wir ...



Lagundo/Algund  
Tel. 0473 448385

Merano/Meran  
Tel. 0473 232144

Bolzano/Bozen  
Tel. 0471 975815

Sinigo/Sinich  
Tel. 0473 244618

visit our brand new website  
[www.roemerKeller.it](http://www.roemerKeller.it)

follow us on our social networks



### Yoga Meeting “Merano in yoga”

Importanti maestri internazionali di diverse discipline conducono seminari e incontri. Lezioni gratuite, conferenze, concerti, mostre, un'area olistica e una zona emporio: un festival per tutti, principianti, appassionati e praticanti delle discipline orientali e di tecniche per la ricerca del benessere.

### Gardenflair – mercato di piante e fiori a Lagundo

Lasciatevi incantare da un affascinante mare di colori e dagli inebrianti profumi di piante provenienti da tutto il mondo. La Piazza della Chiesa di Lagundo si trasforma, durante i tre giorni del Mercato, in un variopinto scenario: camelie, bougainvillee, palme, limoni, aranci, oleandri, olivi, solanacee, cactus, ginestra, azalee, rododendri, ma anche alberi da frutta antichi, vari tipi di rose, piante ornamentali, vasi di terracotta, erbe, vari prodotti d'erbe come tisane, sali aromatici, olio essenziali, grappe alle erbe, unguenti alle erbe, cosmetici naturali ecc.



### Mezza Maratona di primavera & Run4Fun

Oltre 1.500 atleti si misurano lungo un percorso di 21,5 km fra le vie più suggestive tra Merano e Lagundo. Partenza: Merano, corso Libertà; arrivo: Merano, piazza Terme. In concomitanza con la maratona viene organizzata la “Corsa popolare Run4Fun di Merano” con una lunghezza di 4,2 km. Questa prova è dedicata ai corridori amatoriali, power e nordic-walker e non ha carattere agonistico. Possono partecipare donne, uomini e ragazzi a partire dai 12 anni di età.

## GIUGNO

### Sapori d'Italia

Vi aspetta una vasta scelta di specialità gastronomiche e prodotti tipici artigianali provenienti da tutte le regioni italiane, da degustare e acquistare. Ci sarà anche un trenino gratuito da Merano (partenza davanti all'Hotel Terme) a Lagundo (piazza Chiesa). Il mercato si svolge ogni anno a pentecoste.

### Asfaltart

Festival internazionale d'arte di strada: offre sorprese di ogni genere, tali da coinvolgere spettatori di ogni età. Clown, burattini, musica, giocolieri, performance volanti, acrobazie, walkingacts, famiglie circensi e teatro d'avanguardia: il centro di Merano si trasforma nel paese dei balocchi.

### Colazione da Sissi al Castel Trauttmansdorff –

#### Tutte le domeniche di giugno e la prima domenica di luglio

Sulla terrazza di Sissi, un tempo rifugio dell'Imperatrice Elisabetta, nei primi mesi estivi i visitatori vengono accolti da una colazione imperiale. Vi aspetta un ricco e gustoso buffet dolce e salato con sottofondo musicale. La colazione si svolge sempre dalle ore 9.00 alle ore 12.00.

### Raduno internazionale di auto d'epoca Citrôen

Sfilata di auto d'epoca Citrôen nel centro storico per tutti gli appassionati di queste prestigiose autovetture. Gli oldtimer si fermano per essere ammirati in piazza Terme a Merano.

## GIUGNO – LUGLIO

### Jazzfestival dell'Alto Adige

Interpreti jazz di fama internazionale animano l'intero territorio dell'Alto Adige con concerti in diverse località e su originali palcoscenici.

## GIUGNO, LUGLIO E AGOSTO

### Trauttmansdorff di Sera – ogni venerdì

Nei venerdì lunghi in giugno, luglio e agosto i visitatori entrano con una tariffa serale ridotta, godendo dell'inconfondibile atmosfera delle tiepide sere d'estate a Trauttmansdorff, tra specialità gastronomiche e musica.

### Serate ai giardini – World Music

Le “Serate ai Giardini” sono ormai da considerarsi uno dei principali Festival di World Music d'Italia, capace di attirare un pubblico sempre più vasto. Anche quest'anno si esibiscono solisti e gruppi internazionali di spicco, protagonisti di concerti in un magico scenario.



## LUGLIO

### Südtirol Classic

Raduno di auto d'epoca, un must per gli appassionati delle vetture storiche. Il rally transita anche per Merano.

### Festival Meranojazz & Mitteleuropean Jazz Academy

Grandi musicisti jazz e prestigiosi nomi della scena internazionale offrono serate indimenticabili. Contemporaneamente si tengono i laboratori internazionali della Mitteleuropean Jazz Academy con una dozzina di docenti di fama internazionale.



## LUGLIO E AGOSTO

### Giornata escursionistica di Lagundo con il grande alpinista

#### Hans Kammerlander

Appassionato di sport estremi e famoso in tutto il mondo, Hans Kammerlander vi farà da preziosa guida in un'uscita davvero unica alla scoperta dell'affascinante mondo della montagna. Un'esperienza che lascerà ricordi indimenticabili e che riuscirà ad entusiasmare tutti gli appassionati della montagna.



### “Martedisera” a Merano

Le serate estive si animano di eventi: sfilate di moda, rappresentazioni e spettacoli nelle vie del centro e soprattutto tanta musica dal vivo. Diversi stand presentano i loro prodotti tipici, dell'Alto Adige.

### Merano una sera d'estate

Nelle sere estive luoghi diversi del centro città vengono animati da concerti di rinomati cantanti e gruppi musicali.

## AGOSTO

### Meeting ippico di Ferragosto

Weekend di punta dell'estate ippica, con le principali prove in piano e cavalli provenienti dalle migliori scuderie italiane e dell'Europa Centrale.

### Palio del Burgraviato

In questa giornata i Comuni del Burgraviato si sfidano con corse di cavalli avelignesi (Haflinger) e di purosangue. Uno spettacolo per appassionati di ippica e semplici spettatori, dove allo sport fa da cornice il folclore locale e la gastronomia tipica, con musica e intrattenimento.

## AGOSTO-SETTEMBRE

### Settimane Musicali Meranesi

Festival internazionale di musica classica ma aperto anche a crossover musicali. Orchestre e solisti di fama mondiale offrono, nella splendida cornice in stile liberty del Kurhaus, straordinarie emozioni musicali.

## SETTEMBRE

### Merano Magic Festival

Il mondo suggestivo della magia torna in città grazie al Merano Magic Festival. Una serata nella quale tutto può succedere: vari spettacoli e affermati interpreti del settore presentano i diversi volti della magia, i suoi lati più divertenti e quelli più oscuri.

## METÀ SETTEMBRE - METÀ NOVEMBRE

### Autunno Meranese

Sapori, musica e folclore sono le parole chiave per un autunno goloso.

## FINE SETTEMBRE

### Meeting Gran Premio Merano

La corsa a ostacoli più ricca, prestigiosa e famosa d'Italia. All'ippodromo - vestito a festa - si incrociano scuderie, fantini, cavalli rappresentanti l'ippica italiana, francese, ceca e di altri paesi europei. Per due giorni, il parterre è un palcoscenico di moda, mondanità ed eleganza.

## OTTOBRE - NOVEMBRE

### Autunno dorato a Lagundo

L'autunno dorato di Lagundo è una vera festa per i sensi. I paesi nella valle sono avvolti da un abito coloratissimo, le cime delle montagne sono bianche, il sole splende caldo, i profumi, le feste numerose, le prelibatezze della cucina... questo è il vero piacere.



### Törggelen a Lagundo

Il “Törggelen” ha una lunga tradizione in Alto Adige. Un tempo, terminata la vendemmia, tutti i contadini ed i braccianti si riunivano per festeggiare in compagnia. Si serviva una merenda gustosissima innaffiata dal vino nuovo. Il pranzo era molto particolare: crauti, canederli, carne affumicata, würstel fatti in casa, speck, affettati, formaggi e molti altri prodotti tipici. Ancor'oggi in autunno si va di maso in maso ad assaggiare il vino nuovo accompagnato dai piatti tipici autunnali. Prima di sedersi a tavola è usanza fare una bella passeggiata tra i castagni colorati, i vigneti e gli antichi masi contadini.



## OTTOBRE

### Festival internazionale di ottoni

Concerti di ensemble di ottoni di valore internazionale.

### Tradizionali corse al galoppo dei cavalli Avelignesi – Maiaoktoberfest

Kermesse all'insegna dello sport e della tradizione con le corse dei biondi cavalli avelignesi ("Haflinger"), esibizione di gruppi folcloristici e musicali, il tutto accompagnato dalla tipica gastronomia locale.

### Festa dell'uva

Tre giorni di tradizione, musica e gastronomia. Il clou della manifestazione è la domenica, con il grande corteo di carri allegorici e di gruppi folcloristici. Una manifestazione incastonata nel dorato autunno meranese.



### Mercato contadino a Lagundo

La Piazza della Chiesa di Lagundo si riempie di stand di gastronomia locale e di prodotti contadini, dallo speck alle salsicce, dai formaggi al pane, dal miele alle grappe, ma anche sciroppi e liquori. Tutti confezionati da piccoli produttori di Lagundo e dell'Alto Adige. Oltre ai prodotti della terra e alle specialità alimentari, al Mercato contadino si possono trovare diversi prodotti a base di erbe, come tè, sale, miscele di spezie e cosmetici naturali, ma anche manufatti artigianali in ceramica, prodotti naturali per la cura del corpo e il benessere, composizioni di fiori secchi e figure di fieno.



### Degustazione di vini del territorio

Nel foyer della Casa della Cultura di Lagundo si può degustare una selezione di vini della Cantina Merano e della Tenuta Schloss Plars.

### Torneo internazionale di minigolf

Non importa se la pallina è piccolissima e la buca di poco più grande: i professionisti del minigolf si incontrano a Lagundo per darsi battaglia e dimostrano tutta la loro abilità nel centrare l'obiettivo. Un torneo singolare, poco noto ma sicuramente entusiasmante.

### Anteprima Merano WineFestival

Lagundo ospita l'Anteprima del famosissimo WineFestival: vini pregiati e oltre 250 etichette da scoprire, tra bianchi, rossi, proseccchi e vini dolci, sia nazionali che internazionali, il tutto abbinato a gustose prelibatezze della cucina altoatesina.



### Festa del ringraziamento

La festa del raccolto a Lagundo si svolge ogni anno nell'ultima domenica di ottobre. Dopo la messa nella chiesa parrocchiale, i visitatori possono assistere alla processione e al concerto della banda di Lagundo nel pomeriggio.

## NOVEMBRE

### Merano WineFestival

Numerosi e selezionati produttori di vino italiani ed esteri presentano e propongono la degustazione delle loro migliori produzioni, accompagnate dalle prelibatezze dei maestri dell'arte gastronomica insieme a un'offerta unica di birre artigianali e grappe, provenienti dai migliori birrifici e distillerie.





## DICEMBRE SUGGESTIVO MERCATINO DI NATALE A LAGUNDO

Leccornie tradizionali, profumati biscotti di Natale, panettone e dolci natalizi come lo Stollen e il Zelten e altre specialità tipiche dell'Avvento: tra le suggestive bancarelle in legno del Mercatino di Natale di Lagundo si possono trovare oggetti d'artigianato e idee regalo grandi e piccole, lavori all'uncinetto, oggetti intagliati, manufatti in feltro e ceramica; e ancora... bigiotteria, Sarner (giacche in lana) lavorati a mano, composizioni floreali, candele, lanterne e lampade artigianali, oltre a mille decorazioni di grande effetto.



Due stand gastronomici servono deliziose bevande calde e gustose pietanze della cucina tradizionale altoatesina. Ogni fine settimana, allo stand gastronomico delle Associazioni vengono preparate su una vecchia cucina a legna specialità sudtirolesi come il Muas, Plentener Ribl, castagne ed altre prelibatezze.



Il mercatino di Natale che viene organizzato ogni anno a Lagundo è il luogo ideale per vivere le atmosfere natalizie assieme alla famiglia lontani da qualsiasi preoccupazione nonché dal caos cittadino. Le bancarelle decorate creano uno scenario da favola nel quale è bello immergersi per qualche piacevole ora. Al Mercatino di Natale di Lagundo si possono assaggiare i piatti altoatesini che solitamente vengono realizzati nel periodo dell'Avvento. Lasciate che il vostro palato si addolcisca e concedetevi qualche peccato di gola seguito da un ottimo vin brulé preparato al momento.

Gli artigiani presenti con le loro bancarelle propongono manufatti pregevoli da regalare o da regalarsi. Alcuni si mettono all'opera e mostrano ai visitatori come realizzano i loro prodotti dal vivo. I giocattoli in legno e le decorazioni per la casa sono solitamente fra gli articoli più ricercati.

Il mercatino viene allestito nella piazza della Chiesa, un luogo molto suggestivo che rende l'atmosfera ancora più intima e bella da vivere. Chi ama il pattinaggio sul ghiaccio trova vicino al mercatino una bella pista. Qualche musicista e artista di strada solitamente interviene ad animare i lunghi pomeriggi, rallegrando grandi e piccini con canti, balli e un pizzico di comicità. Un trenino natalizio collega gratuitamente il Mercatino di Natale di Lagundo (da piazza della Chiesa) con quello di Merano.





### **Mercatino d'Avvento nella stalla "Bachguterhof"**

Sono in vendita esclusivamente oggetti fatti a mano come candele, gioielli, lavori in feltro, ceramica, arte su vetro, patchwork, lavori in legno e a intreccio, cartoline, quadri, lavori a uncinetto, a maglia e di cucito, ricami, tessitura e decorazioni natalizie. Inoltre ci sarà un programma d'intrattenimento con musica e racconti di Natale per bambini. Il ricavato del buffet sarà devoluto in beneficenza. Il mercatino si svolge sempre sabato e domenica all'inizio di dicembre.



### **MERCATINI DI NATALE A MERANO**

I Mercatini di Natale a Merano sono una radicata tradizione locale che sa aprirsi alle novità. Proposte gastronomiche, eventi, concerti e animazione per bambini in un clima ricco di atmosfera, emozioni e sensazioni natalizie. Nel meranese sono presenti diverse iniziative con artisti e artigiani che propongono i loro manufatti: prodotti tessili, in ceramica, in legno, in vetro, ma anche specialità culinarie.



### **Un evento, mille opportunità**

I Mercatini di Natale di Merano animano il centro cittadino con una lunga serie di iniziative. Sulla scenografia degli addobbi d'Avvento si può pattinare in piazza Terme, scoprire angoli suggestivi della città a lume di lanterna, assistere a concerti natalizi. E i più piccoli sono gli ospiti speciali dei Mercatini. Tante divertenti e varieghe iniziative sapranno meravigliare tutti i bambini!



### **Laboratori creativi per bambini**

Il Natale è un periodo ricco di emozioni per i bambini e i Mercatini di Merano hanno riservato per i loro ospiti speciali tante sorprese e intrattenimento. Da quest'anno in Piazza della Rana, immersa nel Villaggio Storico Natalizio, la Casetta di Goldy, mascotte del Mercatino, riserva loro uno spazio dedicato alla fantasia e alla creatività in compagnia delle associazioni meranesi.

### **Il Villaggio Storico Natalizio di Merano in Piazza della Rana**

La noia è una parola sconosciuta in questo villaggio. I bambini sono attesi dalla casetta di Goldy, la mascotte dei Mercatini, i loro genitori dagli stand e dai concerti.



### **Concerto di S. Stefano con Symphonic Winds**

Fondata nel 1989, l'orchestra Symphonic Winds è oggi una compagine di spessore europeo nell'ambito della musica per fiati. Il concerto di Santo Stefano al Kursaal, diretto da Alexander Veit, rappresenta uno dei momenti principali della stagione.

### **San Silvestro a Merano**

Nelle principali piazze cittadine vengono proposti concerti/performance di diversi generi musicali.

### **San Silvestro a Lagundo**

Cenone di Capodanno con musica in diversi ristoranti di Lagundo.







## Feste a Lagundo

Maggio: **Sagra Egenhof**  
 Giugno: **Viehscheidfestl**  
 Giugno: **Sagra a Velloi**  
 Luglio: **Festa dei pompieri di Lagundo**  
 Agosto: **Sagra a Rio Lagundo**  
 Agosto: **Sagra di Lagundo Paese**  
 Agosto: **Sagra a Plars**  
 Ottobre: **Festa del Bio**

## La Banda Musicale di Lagundo

- anno di fondazione: 1837
- 80 membri attivi
- da autunno 2004 esistono due gruppi giovanili
- l'obiettivo è la cura della musica bandistica al servizio della comunità laica ed ecclesiastica
- direttore d'orchestra Christian Laimer
- presidente: Andreas Theiner
- contatto: e-mail: [info@diealgun-der.com](mailto:info@diealgun-der.com) - [www.diealgun-der.com](http://www.diealgun-der.com)
- Cd e materiale pubblicitario disponibile presso l'Associazione turistica Lagundo



Cari ospiti,  
con molto piacere Vi invitiamo ai nostri concerti. Nell'attesa di darVi il nostro più caloroso benvenuto Vi auguriamo di poter trascorrere una piacevole vacanza a Lagundo.

Per sapere le date esatte delle concerti Vedi: [www.algund.info](http://www.algund.info)

## Mercati a Lagundo e dintorni

### MERCATO VIA CLAUDIA AUGUSTA

"Mercato Evento" lungo la Via Claudia Augusta, a Lagundo in Piazza Hans-Gamper – Saranno proposti diversi articoli di abbigliamento e pelletteria.  
**Ogni mese (aprile - ottobre) a Lagundo** - per sapere le date esatte: [www.algund.info](http://www.algund.info)

### GARDENFLAIR – MERCATO DELLE PIANTE E DEI FIORI

**A fine aprile a Lagundo** – per sapere le date esatte: [www.algund.info](http://www.algund.info)

### MERCATO AUTUNNALE

**Ottobre a Lagundo** – per sapere le date esatte: [www.algund.info](http://www.algund.info)

### MERCATO MERANESE

**Ogni sabato mattina** da marzo ad ottobre, ore 9:00-13:00, in corso Libertà presso piazza della Rena. Artigianato, alimentari e molto altro. Il luogo ideale per uno shopping regionale o per ritrovare in un unico contesto i sapori e i saperi della nostra terra. Il Mercato Meranese è il luogo dove trovare prodotti agroalimentari, naturali e artigianali esclusivamente altoatesini. Un'esperienza all'insegna della sostenibilità e dell'autenticità.  
Per informazioni: [www.merano-suedtirol.it/it/merano](http://www.merano-suedtirol.it/it/merano)

### GRANDE MERCATO A MERANO

**Venerdì mattina** ore 8:00-13:00 nel piazzale Prader, in via Mainardo fino all'incrocio di via Otto Huber a Merano; alimentari/vestiti/pelletteria/calzature/piante.

### PICCOLO MERCATO A MERANO

**Martedì mattina** ore 8:00-13:00 nel piazzale Prader a Merano – più piccolo del mercato del venerdì, limitato al settore alimentare/drogheria/vestiti.

**Mercoledì mattina** ore 8:00-13:00 in piazza Vittorio Veneto a Sinigo/Merano; alimentari/vestiti.

### MERCATO CONTADINO

**Ogni sabato mattina** ore 8:00-12:00 in via Galilei a Merano;  
ogni mercoledì mattina ore 7:00-13:00 in piazza Fontana a Merano (Maia Alta).

### MERCATINO DELLE PULCI

**Ogni ultimo sabato del mese**, ore 8:00-16:00, sulla Passeggiata d'Inverno a Merano. Info: tel. 329 9692019

### MERCATINI DI NATALE

Vedi pagine 28-31



## Giochi e divertimento per famiglie e bambini

### CONSIGLI PER DIVERTIRSI ED ESCURSIONI CON BAMBINI E TUTTA LA FAMIGLIA

- » **Parchi gioco:** vicino al Municipio, alla Casa della cultura Thalguter e al parco Steinach a Lagundo
- » **Parco giochi avventura:** a Velloi
- » **Biblioteca comunale:** libri, audiocassette, CD musicali, giochi da tavolo da provare e prendere in prestito (pag. 84)
- » **Minigolf Lagundo:** di fianco al campo sportivo (pag. 64)
- » **Piste da bowling:** sotto la Casa della cultura Thalguter a Lagundo (pag. 65)
- » **Piscine coperte e all'aperto:** Lido di Lagundo, Acquavventura a Naturno, Terme Merano, Piscina naturale a Gargazzone (pag. 61-62)
- » **In bicicletta:** lungo l'Adige e il Passirio, piste ciclabili (pag. 119-120)
- » **BikeMobilcard:** per prendere a noleggio le bici e viaggiare in bus e in treno in Alto Adige! Seggiolini bici a noleggio (pag. 7 e 59)
- » **Cavalcare:** ad Avelengo (Sulfnerhof e Maneggio Paur), Meltina (Tschau-fen), San Leonardo in Passiria (Hotel Quellenhof), Maneggio Merano (pag. 65)
- » **Tennis:** vicino al Pünthof (pag. 68)
- » **Alpin-Bob Merano 2000:** adrenalina e divertimento nella natura, provate la pista da slittino su rotaie più lunga d'Italia (pag. 67)
- » **Fun Park Merano 2000:** nuovo parco divertimenti Outdoor Kids Camp e mini ranch con caprette, pony e conigli (pag. 67)
- » **Maso Rainguthof:** a Caprile, sulla strada per il Passo Palade, è una fattoria dove gli animali si possono toccare e vedere da vicino; ci sono pony, caprette, pavoni, asini, galline, cerbiatti, oche e anatre.
- » **Labirinto Kränzelhof:** un vero labirinto all'aperto a Cermes (pag. 51)
- » **Rafting sul fiume Adige:** da maggio a settembre con bus navetta da Lagundo (pag. 13)
- » **Voli col parapendio in tandem:** dalla malga Taser al Passirio e dal Cervina a Saltusio (pag. 60)
- » **Arrampicarsi nella natura:** presso la cascata di Parcines, al Parco avventura Ötzi Rope Park in Val Senales, alla ferrata da allenamento Knott a Unterstell (Naturno, pag. 65-67)
- » **Arrampicata per bambini "Kraxln & Äktschn" al Rockarena, Merano:** ogni giovedì e venerdì da luglio a settembre, con istruttore (info a pag. 67)

**Malga Taser:** da Scena si prende la funivia Taser e si arriva alla malga, a 1.450 m, dove ci sono il villaggio indiano, lo zoo alpino e il parco giochi per i bambini

**Museo dell'apicoltura Maso Plattner:** sul Renon, un museo che illustra la storia e lo sviluppo dell'apicoltura in Alto Adige.



**Mondotreno a Rablà:** la più grande installazione digitale di ferrovie in miniatura d'Italia (1000 mq e 3 piani di trenini in movimento!)

[www.eisenbahnwelt.eu](http://www.eisenbahnwelt.eu) (pag. 47)

**Cascate:** cascata di Parcines e cascata di Fragsburg (pag. 49)

**Giardini di Castel Trauttmansdorff e Touriseum:** un universo di piante e giardini con installazioni

interattive e il museo sul turismo in Alto Adige (pag. 44)

**MuseoPassiria:** a San Leonardo in Passiria un museo dedicato a un eroe d'altri tempi, Andreas Hofer (pag. 49)

**ArcheoParc Val Senales:** vivere una giornata come Ötzi, l'Uomo venuto dal ghiaccio (pag. 50)

**Centro Visite del Parco Naturale del Gruppo di Tessa:** scoprire la natura con tutti i sensi... con il Quiz di Daksy ogni martedì, il Laboratorio di Daksy ogni venerdì a maggio e a ottobre, per bambini dai 6 ai 12 anni, previa prenotazione (pag. 52)

**GEOPARC Bletterbach:** il canyon dell'Alto Adige, ai piedi del Corno Bianco, ad Aldino nelle Dolomiti. Programma per bambini con attività e lavoretti manuali (dai 6 ai 12 anni).

**Laghi balneabili:** Lago di Caldaro e Laghi di Monticolo, per nuotare, pescare e andare in barca.

**Centro recupero avifauna di Castel**

**Tirolo:** il centro che cura i rapaci infortunati; dimostrazioni di volo ogni giorno alle ore 11:15 e 15:15. (pag. 47)

**Trenino del Renon:** la ferrovia a scartamento ridotto che collega Maria Assunta, Collalbo e Soprabolzano. Un viaggio indietro nel tempo tra paesaggi fantastici.

**Funicolare della Mendola:** con una pendenza del 64% porta da Caldaro al Passo della Mendola; è una delle cremagliere più ripide e lunghe d'Europa e fu inaugurata nel 1903.

**Glorenza:** è la città più piccola dell'Alto Adige, fa parte de "I borghi più belli d'Italia" e si caratterizza per le sue mura medievali, perfettamente conservate. Si trova al centro della Val Venosta.

**Castel Coira a Sluderno:** un vero castello di cavalieri, dove ammirare la più grande collezione di armature e armi antiche (pag. 56).







## Funzioni religiose

### Chiesa Parrocchiale (centro di Lagundo)

**Lagundo - Piazza della Chiesa 1 - Tel. 0473 448 744**

Domenica e giorni festivi alle ore 9:00 (in lingua italiana) e 10:00 (in lingua tedesca). Venerdì e sabato alle ore 19:00, lunedì alle ore 17:00 e martedì alle ore 9:15 nella casa di riposo.

### Chiesa Evangelica a Merano

**Passeggiata Lungo Passirio - Tel. 0473 492 395**

Funzione evangelica ogni domenica e festività ecclesiastiche alle ore 10:00 (in lingua tedesca).

### Ricevimento in Chiesa Parrocchiale a Lagundo

Ogni lunedì e venerdì dalle ore 9:00 alle ore 11:00; su appuntamento tel. 0473 448 744.

### Confessione

**Chiesa Parrocchiale Lagundo - Piazza della Chiesa 1 - Tel. 0473 448 744**

Ogni martedì dalle ore 8:15 alle ore 09:00 previo appuntamento telefonico: tel. 0473 448 744.

## VISITA GUIDATA ALLA CHIESA PARROCCHIALE

Da aprile a ottobre ogni giovedì – inizio ore 16:00 – partecipazione gratuita. Il punto di ritrovo è davanti alla chiesa. Prenotazione presso l'Associazione turistica Lagundo.

## Luoghi di interesse a Lagundo

### Chiesa Parrocchiale

**Lagundo – Piazza della Chiesa - (Parrocchia di San Giuseppe) - Tel. 0473 448744**

La Parrocchia di San Giuseppe, tra le chiese più belle e moderne dell'arco alpino, è uno splendido esempio di architettura contemporanea. Realizzata su progetto del noto architetto Willy Gutweniger negli anni 1966-1971, costituisce un tentativo, perfettamente riuscito, di sposare armoniosamente il vecchio con il nuovo. Si consiglia di visitare la chiesa con calma per riuscire a comprendere il complesso linguaggio simbolico di questa costruzione religiosa. La Parrocchiale è stata consacrata e aperta ufficialmente al culto il 13 marzo 1977 alla presenza del vescovo di allora, il dott. Josef Gargitter. Informazioni e immagini della Chiesa sono disponibili sia presso la Canonica che l'Associazione Turistica. Aperta ogni giorno, ore 7:00-19:00.



### Convento di Maria Steinach

**Lagundo – Via Steinach 18, Tel. 0473 448 655**

La chiesa mariana in stile romanico e il Convento di Maria Steinach vennero fatti erigere nel 1241 dalla Contessa Adeleide del Tirolo, figlia del Conte Alberto del Tirolo. Il monastero è retto attualmente dalle Monache dell'Ordine di S. Domenico.







## Vecchia Chiesa Parrocchiale

**Lagundo – Via S. Ippolito**

La vecchia Chiesa Parrocchiale dei SS. Ippolito ed Erardo riunisce tre stili (romanico, gotico, barocco) e racchiude, all'interno e all'esterno, preziosi tesori d'arte a testimonianza delle vicende storiche e delle espressioni artistiche del Tirolo. Aperta ogni giorno dalle ore 7:00 alle ore 19:00.

## Chiesetta della Santissima Trinità

**Lagundo - Velloi**

Il parroco Anton Martin Schenk fece erigere la Chiesetta di Velloi nel 1742. La costruzione fu ristrutturata negli anni 1894/1895 grazie al fattivo intervento dei contadini locali. Aperta ogni giorno dalle ore 8:00 alle ore 18:00.

## Chiesa di Sant'Ulrico

**Lagundo – Plars di Sopra**

Menzionata la prima volta nel lontano 1493, la bellissima Chiesa di Sant'Ulrico in stile tardo-gotico risale sicuramente ad epoche precedenti. L'opuscolo informativo "La Chiesa Parrocchiale Sant'Ulrico" è disponibile presso la sacrestia. Aperta ogni giorno dalle ore 8:00 alle ore 18:00, chiusa in inverno.



## Chiesetta di Maria della Neve / Chiesa del SS. Cuore di Gesù

**Lagundo – Riolagundo**

Situata su un piccolo colle, la chiesetta di Maria della Neve venne eretta intorno al 1695. Nel 1889 venne costruita una nuova chiesa più grande consacrata al Santissimo Cuore di Gesù. Aperta ogni giorno dalle ore 9:00 alle ore 19:00.

## Museo Testa di Ponte a Lagundo

**Lagundo – Vicolo del Mercato**

Il Museo Testa di Ponte è probabilmente il più piccolo museo dell'Alto Adige! Sorge nei pressi dell'attraversamento in legno sul fiume Adige, che collega Lagundo a Foresta. Proprio qui passava infatti la Via Claudia Augusta, che collegava la Pianura Padana con i territori retici. L'ingresso al museo si trova in un moderno cubo di vetro e una scala conduce sotto il livello stradale: sulla destra si può ammirare la testa di ponte, fatta di pietre di granito perfettamente scolpite, mentre nel piccolo atrio le pareti accolgono pannelli informativi che raccontano la storia del ponte di Lagundo dall'epoca romana fino ad oggi. Il museo è accessibile da aprile a novembre, dalle ore 10:00 alle ore 18:00. L'ingresso è gratuito.



## Menhir

**Lagundo – Piazza Hans Gamper**

Queste pietre legate al culto preistorico hanno origine dalla colonizzazione liguro-illirica e risalgono a circa 3000 anni fa. I menhir rinvenuti a Lagundo sono conservati presso il Museo Archeologico di Bolzano. Fedeli riproduzioni sono collocate di fronte all'Associazione turistica Lagundo.



## Coppette (Schalensteine)

Lungo i sentieri Schlundenstein, Saxner e Birbamegg del Comune di Lagundo e sulle Palade sono state rinvenute queste antichissime pietre legate al culto paleocristiano.





## IL TRONO DI CASTEL TRAUTTMANSDORFF IL PUNTO DI OSSERVAZIONE SULLA VIA CLAUDIA AUGUSTA

### La poltrona dei giganti

Forse è stato il gigante Ortles stesso che qui a Lagundo, proprio sotto la Punta Rosa, un giorno si installò con due troni. Si sedette qui ad ammirare le sue ricchezze per vantarsi com'è tipico dei giganti. Era la scintillante rugiada del mattino sui fiori del melo al levar del sole. Era la danza delle foglie di palma e dei cipressi, nella calda brezza d'estate, che porta il profumo di rose, lavanda e geranio attraverso paesaggi da sogno, accompagnata dalla gradevole musica dei giocosi torrenti che scorrono dolcemente fino all'Adige scivolando sui pascoli dormienti. Ed era il rosso scintillante vellutato delle uve nella dorata luce autunnale, la lucentezza dei frutti succosi e delle castagne paffute ad affascinare il gigante. Ma questo non era sufficiente per la sua vanità. Così egli installò anche un cannocchiale, come invito a sbirciare direttamente nella sua camera del tesoro: i Giardini di Castel Trauttmansdorff dove sono riunite tutte le sue ricchezze, che ammirate da vicino sono incomparabili.

### Il bunker di Tel

Il bunker presso la roggia di Marlengo in località Tel fu acquistato nel 2014 dai comuni di Marlengo e Lagundo con l'obiettivo di sfruttarne la struttura per visite e per allestire l'area circostante in modo da permettere lo svolgimento di manifestazioni e feste associative. Si effettuano visite guidate in lingua tedesca – ogni ultimo giovedì del mese alle ore 10:00 Per informazioni e prenotazioni: Casa della Cultura di Lagundo, e-mail: [info@thalguterhaus.it](mailto:info@thalguterhaus.it), tel. 0473 220 442.



## Da vedere nei dintorni

### Passeggiata Tappeiner a Merano

Il percorso, lungo 4 km, si snoda in piano dal Castello di San Zeno e, seguendo il profilo del "Küchelberg" (Monte di Merano), giunge fino a Quarazze. Svartati i punti di intersezione sia con la Passeggiata Gilf che con i sentieri che scendono in città interrotti da splendide vedute della Valle dell'Adige e della conca di Merano. Protetta dal vento e baciata dal sole, la Passeggiata è un'autentica oasi di riposo immersa nella vegetazione alpina, mediterranea ed esotica. Frequentabile in ogni stagione e con ogni condizione atmosferica, la Passeggiata Tappeiner presenta, oltre alla vegetazione locale, splendidi esemplari di querce da sughero, alberi di eucalipto, loti, corbezzoli, pini marittimi, varie specie di palme e bambù, fichi d'India, agavi, magnolie e ulivi. La Passeggiata reca il nome del suo progettista e fondatore, il medico, botanico e antropologo Dott. Franz Tappeiner (1816 – 1902).

### Polveriera a Merano

All'inizio della Passeggiata Tappeiner, a sovrastare il Duomo di Merano, si erige la cosiddetta Torre Polveriera. Realizzata inizialmente nell'ambito del complesso di Castel Ortenstein nel rione Steinach, la torre fungeva nel XVII secolo da deposito delle polveri da sparo. Splendida la veduta offerta dalla Torre sull'intera città.

### Le Passeggiate di Merano

Lungo il corso del fiume Passirio si estende questo complesso dalla splendida vegetazione che, dall'orrido del Passirio, si allunga fino al ponte della ferrovia.

Sulla romantica Passeggiata Gilf, situata direttamente sotto il Castello di San Zeno, una piccola terrazza offre un'emozionante veduta delle enormi e impetuose masse d'acqua costrette nei pochi metri di larghezza della gola del Passirio. Sulla Passeggiata d'Inverno si allunga, per un centinaio di metri, la suggestiva Wandelhalle (porticato originariamente eretto per offrire riparo in caso di maltempo e ora sede di spettacoli e manifestazioni), impreziosita da bellissimi paesaggi affrescati. Il tratto che dal Ponte della Posta si snoda fino al Ponte del Teatro è noto invece come Passeggiata o Parco delle Terme su cui si affaccia il Kurhaus.

Segue la Passeggiata Lungo Passirio su cui si erge la Chiesa Evangelica del Cristo.

## L'Ippodromo di Merano

**Merano – Via Palade 37 – Tel. 0473 446 222 - [www.ippodromomerano.it](http://www.ippodromomerano.it)**

Con il suo bellissimo percorso ad ostacoli, l'Ippodromo si annovera tra i complessi di maggiori dimensioni e maggior prestigio d'Europa. Ben cinque i chilometri della pista su cui i cavalli ingaggiarono le prime corse nel lontano 1935. Nato per offrire un'ulteriore attrazione a turisti e villeggianti, l'Ippodromo si affermò ben presto come uno dei luoghi di maggior interesse a livello internazionale. La stagione ippica va da metà maggio a metà giugno e da fine luglio a fine ottobre. Culmine della stagione delle corse, la splendida galoppata degli Avelignesi (Corse Rusticane) in programma ogni anno il Lunedì dell'Angelo e il Gran Premio di Merano Forst, ricchissima corsa ad ostacoli in calendario per l'ultima domenica di settembre.

## I Portici di Merano

Creati per volere di Mainardo II, Conte del Tirolo, intorno alla metà del XIII secolo, i Portici collegano Piazza Parrocchia con Piazza del Grano. All'epoca in cui Merano era capoluogo del Tirolo, i portici fungevano da sede degli scambi commerciali e delle attività artigianali della città, attività cui subentrò in seguito il commercio del bestiame. A partire dal XIV secolo si prese a distinguere tra i "portici dell'acqua", allungati lungo il fiume, e i "portici della montagna" addossati sullo scenario dei monti. Le facciate delle case porticate subirono ampie modifiche nel corso del XVI e XVII secolo. Molti questi edifici presentano ora un bovindo e sono impreziositi da ricchissime decorazioni. Dalle facciate costantemente rinnovate, questi palazzi che si affacciano su via dei Portici presentano stili risalenti ad epoche molto diverse, splendida testimonianza degli sviluppi storici della città.

## Duomo di San Nicolò

**Merano – Piazza Duomo 3 – Tel. 0473 230 174 (Sacrestia)**

La chiesa consacrata a S. Nicolò, patrono dei bambini, marinai, guidatori, imprenditori e commercianti, si erige a ridosso dell'antico borgo dei commercianti. I lavori di costruzione del duomo, iniziati nel 1310, si conclusero solo intorno alla metà del XV secolo. La facciata esterna meridionale della costruzione gotica a tre navate, rivolta verso il piazzale del sagrato, è anche la più riccamente decorata, con l'imponente affresco di San Cristoforo e la statua di San Nicolò benedicente a costituire gli elementi di maggior spicco. Su ordinanza imperiale, vennero realizzati all'interno della Chiesa tre altari, l'altare maggiore e due altari laterali. Il campanile di 83 m è uno dei più alti dell'Alto Adige.



## INFORMAZIONE PER I MUSEI:

**PER LE VISITE GUIDATE È CONSIGLIABILE PRENOTARE!**

## Castello Principesco

**Merano – Via Galilei –**

**Tel. 329 018 63 90 –**

**[www.gemeinde.meran.bz.it/it/Castello\\_principesco](http://www.gemeinde.meran.bz.it/it/Castello_principesco)**

L'arciduca Sigismondo d'Austria, detto "il danaroso", fece costruire questo castello nel centro di Merano come abitazione cittadina nella seconda metà del XV secolo. Sempre meno utilizzata nel corso del XVII e XVIII secolo, la residenza avrebbe rischiato la demolizione se nel 1875 non fosse intervenuto il Comune di Merano che, entrato in possesso del complesso, lo sottopose ad interventi di restauro. Con le sue originali "Stuben", stufe di maiolica, stanze e camere nuziali, il castello offre una preziosa occasione per studiare abitudini e modi di vita medievali. Gran parte dell'arredamento risale al periodo gotico e rinascimentale, compresa una preziosa collezione di armi. L'edificio dispone di una piccola cappella, decorata con interessanti affreschi del XVI secolo.



## Museo Ebraico e Sinagoga

**Merano – Via Schiller 14 – Tel. 0473 236 127**

Sinagoga, documenti e oggetti di culto testimoniano l'importanza della comunità religiosa ebraica costituitasi a Merano a cavallo tra il XIX e XX secolo. Ad essa si devono molte delle infrastrutture che hanno contribuito al prestigio di Merano come località di cura e soggiorno.

## Museo della donna

**Merano - Via Mainardo 2 – Tel. 0473 231 216 – [www.museia.it](http://www.museia.it)**

Nel Museo della Donna, con la nuova sede in Piazza del Grano, vengono documentati 200 anni di storia culturale dal punto di vista della donna: i ruoli e le immagini della donna attraverso gli abiti, gli accessori, gli utensili della vita quotidiana, libri, documentazioni. Essi ci raccontano dettagli dei vari ruoli sociali ricoperti dalla donna – una collezione sulla storia femminile unica in tutta Europa. Oltre all'esposizione permanente con le sue aree tematiche "ideali di bellezza", "ruoli femminili", "donna e lavoro", vengono allestite esposizioni monotematiche su temi femminili, manifestazioni culturali e letture. All'interno del Museo si trova anche una biblioteca con pubblicazioni su temi specificamente femminili.







## **I Giardini di Castel Trauttmansdorff**

**Merano – Via San Valentino 51 a – Tel. 0473 255 600 – [www.trauttmansdorff.it](http://www.trauttmansdorff.it)**

Scorci su paesaggi esotici e mediterranei, vedute sugli scenari montani circostanti e una Merano baciata dal sole: i Giardini di Castel Trauttmansdorff riuniscono in un anfiteatro naturale oltre 80 ambienti botanici, svariati giardini a tema, numerosi padiglioni artistici e stazioni sensoriali. Il riuscito accostamento di elementi di architettura storica e contemporanea, il susseguirsi di appuntamenti e gli spettacoli della fioritura nell'avvicinarsi delle stagioni fanno di una visita a "Trauttmansdorff" un'esperienza coinvolgente, per tutti i sensi e tutte le età. Dopo il riconoscimento quale "parco più bello d'Italia" nel 2005 e l'ottenimento, nel 2006, del premio come "Giardino d'Europa n. 6", nel 2013 è stata la volta della premiazione come "Giardino Internazionale dell'Anno" e, con essa, della sua ascesa tra i giardini e parchi più prestigiosi e affascinanti al mondo.

## **Touriseum – Castel Trauttmansdorff**

**Merano – Via San Valentino 51 a – Tel. 0473 255 655 – [www.touriseum.it](http://www.touriseum.it)**

Castel Trauttmansdorff, antica dimora scelta dall'Imperatrice Elisabetta per i suoi soggiorni a Merano, ospita oggi un curioso "museo vivo": il Museo Provinciale del Turismo, altrimenti noto come Touriseum. È il primo museo dell'arco alpino interamente ed esclusivamente dedicato alla storia del fenomeno turistico. Spostandosi di sala in sala, i visitatori del museo compiono un interessante viaggio nel tempo, percorrendo, tra una fantasiosa ambientazione scenica e l'altra, due secoli di storia del turismo vista sia nell'ottica dei viaggiatori che della popolazione locale. Scenografie mobili, modelli fedeli alla realtà, filmati, registrazioni audio: il Touriseum è tutt'altro che un museo polveroso dagli interminabili testi descrittivi!



## **Palais Mammig Museum**

**Merano – Piazza Duomo 6 – Tel. 0473 270 038 – [www.palaismammig.it](http://www.palaismammig.it)**

Il Palais Mammig Museum – ex Museo civico di Merano – è un museo locale che espone reperti archeologici, sculture e dipinti provenienti prevalentemente dal Tirolo, assieme ad alcuni pezzi "esotici" e curiosi da tutto il mondo (maschera funebre di Napoleone, una raccolta di armi sudanesi, una mummia egiziana...).

## **Merano Arte**

**Merano – Via dei Portici 163 – Tel. 0473 212 643 – [www.kunstmeranoarte.org](http://www.kunstmeranoarte.org)**

Uno spazio espositivo di 550 metri quadrati ripartiti sui tre piani dell'edificio Cassa di Risparmio (ingresso dall'omonima via attraverso il Café Kunsthaus o dai Portici). MeranoArte funge da teatro per esposizioni, concerti, performance, incontri letterari, seminari e workshop. Un riferimento per le avanguardie dell'arte e della cultura contemporanea internazionale, ma anche un punto di incontro per la scena culturale cittadina.

## **Museo – Az. Vitiv. Castello Rametz**

**Merano – Via Labers 4 – Tel. 0473 211 011 – [www.rametz.com](http://www.rametz.com)**

Il museo mostra lo sviluppo della viticoltura e dell'enologia in Alto Adige. Lavorazione del terreno, coltivazione della vite, lotta antiparassitaria, vendemmia e tecniche enologiche del passato sono solo alcuni dei temi trattati. Alla visita del museo segue naturalmente anche la visita alle cantine. È esposta anche la produzione dello "Speck" in tutte le sue fasi. Dopo la visita del museo e delle cantine è possibile degustare i vini di propria produzione.

## **Castel Scena**

**Scena – Via Castello 14 – Tel. 0473 945 630 – [www.schloss-schenna.com](http://www.schloss-schenna.com)**

Fatto erigere intorno al 1350 dai Signori di Scena (Schenna), il castello è dal 1859 di proprietà dei Conti di Merano che lo adibirono ben presto a museo. Ricca di testimonianze storiche, la raccolta conservata in questa sede museale dedica ampio spazio ai moti di insurrezione tirolesi del 1809 capeggiati dalla figura storica di Andreas Hofer, oltre a presentare splendide collezioni d'armi, di trofei bellici, antichità, trofei di caccia, dipinti e oggetti d'arte esposti nelle splendide sale rinascimentali e barocche.



## **Mausoleo Scena**

**Scena – nei pressi della Chiesa – Tel. 0473 945 630 (Castel Scena) – [www.schloss-schenna.com](http://www.schloss-schenna.com)**

Il monumento sepolcrale, eretto tra il 1860 e 1869 per l'Arciduca Giovanni e la famiglia, si annovera tra le prime e più importanti costruzioni funerarie.

rie neogotiche dell'Europa Centrale. Sormontato da una struttura in arenaria rossa, il sepolcro è realizzato in granito. A Franz Pendler, artista meranese, si devono l'altare della tomba e le opere ornamentali e figurative che lo completano. Le vetrate e il rosone sovrastanti il portale di ingresso vennero realizzate in un laboratorio artistico locale. L'altare maggiore è realizzato in metallo e smalto. Per il sontuoso sarcofago e le due pietre tombali fu utilizzato marmo bianco del Sudtirolo.

## **Castel Tirol – Museo Provinciale di Cultura e Storia**

**Tirol – Via Castello 24 – Tel. 0473 220 221 – [www.schlosstirol.it](http://www.schlosstirol.it)**

Castello avito dei Conti del Tirol, la rocca diede il nome all'intera regione. Complesse ricerche e studi architettonici segnalano l'esclusività del castello, indicato come splendido testimone dell'architettura e scultura medioevali. Come nessun'altra residenza nobiliare della regione, il castello funge da autentica memoria storica del Tirol. Una ragione in più che giustifica l'ampio spazio dato dal museo alla storia della regione tirolese, dagli esordi fino ai giorni nostri. Accanto all'esposizione straordinaria sugli scavi che portarono alla luce i resti di un'antica chiesa nella zona antistante il castello, una visita del museo conduce anche al palazzo sud con i noti portali in stile romanico, agli affreschi della cappella e, attraverso la camera matrimoniale di Margarethe Maultasch, fino al mastio in cui 20 tappe illustrano le vicissitudini storiche del XX secolo.



## **Museo Agricolo di Castel Fontana**

**Tirol – Via Ezra-Pound 3 – Tel. 0473 923 533 – [www.brunnenburg.net](http://www.brunnenburg.net)**

L'aspetto volitivo e romantico del castello di oggi risale al 1904, allorché si decise di sottoporlo definitivamente a completamento intervenendo sui ruderi della costruzione originaria, storicamente legata alla storia del vicino Castel Tirol e risalente, stando alle prime testimonianze storiche, al XIII secolo. I proprietari di allora stabilirono in un secondo tempo (1973) di destinare una parte del castello a museo dell'agricoltura, oggi sede di raccolte volte a fare luce, in particolare, sull'annosa problematica dei contadini locali e sulla loro lotta per strappare terre coltivabili al terreno impervio. Singole sezioni del museo sono dedicate a tematiche specifiche come il trasporto degli attrezzi e dei raccolti o il consolidamento a mano dei terrazzamenti e la deviazione di corsi d'acqua e canali. Il museo ospita diversi oggetti agricoli e d'uso comune.



## **Centro recupero avifauna - Castel Tirol**

**Tirol – Via Castello 25 - Tel. 0473 221 500 - [www.gufyland.com](http://www.gufyland.com)**

Il Centro recupero avifauna che sorge sul colle di Castel Tirol nasce nel 1998 per soccorrere e accogliere volatili in difficoltà o feriti per poi rimetterli in libertà. Voluto dagli ornitologi Willy Campeì e Florian Gamper, il centro accoglie diverse voliere realizzate dai fondatori stessi. I dintorni di Castel Tirol offrono migliori condizioni climatiche e logistiche per la cura e il rifugio dei rapaci feriti o in difficoltà. Inoltre si collega alla tradizione della falconeria, praticata da nobili e principi. La parte più affascinante di una visita al Centro di recupero avifauna è la dimostrazione di volo: quotidianamente alle ore 11.15 e alle 15.15 vengono lasciati volare liberamente sulla collina di Castel Tirol diversi uccelli sani quali aquile, avvoltoi, falchi, gufi e poiane. Uno spettacolo incredibile!

## **Mondotreno – Alto Adige in miniatura**

**Rablá/Parcines - Piazza Gerold 3 -**

**Tel. 0473 521 460 - [www.eisenbahnwelt.eu](http://www.eisenbahnwelt.eu)**

Mondotreno è la più grande installazione digitale di ferrovie in miniatura d'Italia. Con oltre 20.000 pezzi, è una delle maggiori collezioni private di treni in miniatura: plastici sorprendenti, una riproduzione dell'Alto Adige in scala 1:87 ed elementi interattivi suscitano nei visitatori grande stupore. Si può scoprire inoltre l'incredibile mondo di fantasia "Mezzamontagna", dove i percorsi dei vari treni in movimento si snodano in uno spazio ristretto, attraversando diverse epoche storiche. La cura dei dettagli e l'incredibile varietà di paesaggi catturano lo sguardo, inducendo a soffermarsi in questo mondo fantastico. Ai piccoli visitatori è riservata un'esperienza speciale, per comprendere ed imparare giocando. I bambini possono toccare e fare da soli, e addirittura condurre un treno. Naturalmente anche i grandi possono provare: così Mondotreno diventa un'avventura per tutta la famiglia.







## Museo Bagni Egart

Tel/Parcines – via Stazione 17 – Tel. 0473 967 342 – [www.bad-egart.com](http://www.bad-egart.com)

Bagni Egart è considerata la fonte termale più antica del Tirolo, usata dal 1430 fino al 1970. Presumibilmente la storia dei Bagni Egart risale al tempo dei Romani, quando la fonte veniva utilizzata per bere e curarsi. Il nome deriva dalla ninfa Egeria, figura della mitologia romana. Qui è possibile ammirare gli antichi bagni ed una collezione di ben 35.000 oggetti, dedicata in gran parte agli Asburgo: da Elisabetta di Baviera, chiamata “Sissi”, fino a Rodolfo d'Asburgo-Lorena, compresi oggetti personali. Il museo è opera del collezionista Karl Platino, conosciuto come “Onkel Taa” (Zio Taa), che ha l'ha costruito nell'arco di 50 anni. Da menzionare anche la parte esterna del museo, accessibile liberamente: vi si trova una ricostruzione dell'habitat di Ötzi, maschere di pietra e megaliti, elicicoltura e una cappella dove pregare. Questa piccola cappella custodisce l'orologio del campanile (del 1721) della sommersa chiesa del Lago di Resia. Viene illustrata anche la storia dei contadini altoatesini con interessanti punti di vista sulla loro vita. Il museo è raggiungibile con il treno della Val Venosta o in autobus (213-A Merano - Parcines). La stazione e la fermata si trovano davanti all'entrata del museo all'aperto.

## Museo della macchina da scrivere “Peter Mitterhofer”

Parcines - Piazza della Chiesa 10 - Tel. 0473 967 581

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

Un museo d'importanza mondiale. La collezione del museo comprende 1300 oggetti che spiegano l'evoluzione della macchina da scrivere nell'arco di 120 anni. Il museo porta il nome dell'inventore della macchina da scrivere Peter Mitterhofer (1822-1893), al quale il Comune di Parcines ha dedicato il museo nel 1997.



## La cascata più alta dell'Alto Adige

La Cascata di Fragsburg alta 135 metri (in caduta libera) è la cascata più alta dell'Alto Adige. Le masse d'acqua piombano da un gradone in porfido in una stretta gola. La cascata è raggiungibile da Merano/Maia Alta – Rametz – Labers – Fragsburg.

## La Cascata di Parcines

La Cascata di Parcines è considerata una delle cascate più suggestive dell'arco alpino. Un sentiero sicuro conduce ad un belvedere dal quale è possibile ammirare da vicino questo imponente spettacolo della natura.

## Museo Passiria – Casa di Andreas Hofer

San Leonardo in Passiria – Via Passiria 72

Tel. 0473 659 086 - [www.museum.passeier.it](http://www.museum.passeier.it)

Il nuovo Museo della Val Passiria è stato allestito presso il Sandhof, dimora di Andreas Hofer (1767-1810). Un documentario storico e molti reperti originali presentano l'ormai leggendaria figura di quest'uomo e della lotta per l'indipendenza del Tirolo combattuta nel 1809. L'antico fienile ospita una ricca raccolta etnologica con testimonianze della civiltà della Val Passiria. Una sala d'ascolto permette di compiere un percorso individuale alla scoperta di musiche, racconti e leggende della vallata. L'area museale all'aperto con i numerosi edifici storici (XVI-XIX secolo), un tipico maso della Val Passiria, la Cappella del Cuor di Gesù (1899) e la Chiesetta del Santo Sepolcro (1691) completano l'interessante visita al museo. La direzione del Museo cura anche le sedi staccate del Cimitero dei Francesi, del Castel del Giovo e del Museo dell'Alpeggio di Pfistrad.



## Castel Giovio

**San Leonardo in Passiria - Via Castello 45**  
**Tel. 0473 659 086 - [www.museum.passeier.it](http://www.museum.passeier.it)**

Su una collina sopra il paese di San Leonardo si erge la rovina del Castel Giovio, che un tempo era un magnifico maniero. La torre, sede distaccata del Museo Passiria, è aperta al pubblico. Nei singoli piani si trovano piccole esposizioni sulla storia del castello, sui masi scudo tipici della Val Passiria e su due famiglie molto influenti, i Signori von Passeier e i Conti Fuchs, che contavano giudici, signori di giurisdizione e amministratori ecclesiastici e improntarono la vita nella valle per secoli. Splendidi al quarto piano i dipinti rinascimentali del celebre pittore Bartlme Dill Riemenschneider, risalenti al 1538. Infine l'ultimo piano, con la sua eccezionale vista sull'intera valle fino a Merano, ospita una postazione audio con numerose leggende su Castel Giovio.

## MuseoAltaPassiria – Bunker Mooseum

**Moso in Passiria – Paese 29a – Tel. 0473 648 529**  
**[www.museum.hinterpasseier.it](http://www.museum.hinterpasseier.it)**

Questo museo è stato allestito all'interno di un ex bunker degli anni Trenta sito a Moso in Passiria. I temi affrontati sono di carattere regionale e illustrano la natura e la storia dell'alta Val Passiria. Al contempo il Bunker Mooseum funge da infopoint del Parco Naturale Gruppo di Tessa. Adatta a grandi e piccini, la visita alla struttura affronta diversi argomenti interessanti: l'archeologia del territorio, la storia del Lago Kummersee (1401-1774) ora scomparso, le vicende del bunker durante il conflitto, la storia e la vita dei minatori nelle miniere di Monteneve, le più alte d'Europa.

Nel terreno roccioso sopra il museo degli stambecchi vivono in un ampio recinto, grazie a delle scale è possibile osservare questi affascinanti animali. Nel 2011 è stata costruita anche una voliera contenente cardellini, lucherini e organetti minori. In questo museo potete anche fare esercizio fisico, infatti troverete ad attendervi una parete di roccia ed una parete artificiale per l'arrampicata.

## ArcheoParc Senales –

### Ambiente di vita dell'uomo venuto dal ghiaccio

**Senales - Madonna di Senales 163 - Tel. 0473 676 020 - [www.archeoparc.it](http://www.archeoparc.it)**

L'ArcheoParc è un parco-museo didattico con area archeologica all'aperto dedicato a Ötzi, l'Uomo venuto dal Ghiaccio. Nelle esposizioni indoor i visitatori scoprono come e dove fu trovato Ötzi e come viveva 5.300 anni fa lungo un percorso fatto di pannelli, immagini, stazioni interattive e repliche fedeli del suo abbigliamento e del suo equipaggiamento (tutto da toccare!). Nell'area all'aperto, oltre alla vista sul sito di ritrovamento della mummia, si ammirano antiche specie vegetali e ricostruzioni di capanne preistoriche. Qui i visitatori sono invitati a partecipare a dimostrazioni e laboratori giornalieri (accensione del fuoco, macinazione dei cereali, panificazione, tiro con l'arco, giro in piroga monossile ecc.) ed a sperimentare tecniche e materiali "neolitici".



## Castel Monteleone (Lebenberg)

**Cermes – Via Lebenberg 15 – Tel. 320 401 8511**

Castel Lebenberg a Cermes è uno dei castelli di proprietà privata (Famiglia Cornelius van Rossem) più grandi dell'Alto Adige, ed è una bellissima testimonianza di stile rococò e veneziano. Costruito nella seconda metà del XIII sec. per volontà dei Signori di Marlenigo, un tempo era circondato da una cinta muraria, oggi conservatasi solo in parte. Tra il 1426 e il 1828 il castello passò in mano ai Fuchs von Fuchsberg, che nel corso del '500 e del '600 fecero molti interventi di ristrutturazione e ampliamento. Castel Monteleone è un complesso molto vasto che si sviluppa su più edifici, tra cui anche una graziosa cappella gentilizia, ricostruita nel '500 e dedicata a S. Stefano. All'interno del Castello si possono ammirare pittoreschi cortili e giardini in stile francese, la sala degli specchi, la sala delle armi e una sala di gusto napoleonico, nella quale si trova una stufa di maiolica dello stesso stile. Molto affascinante anche la sala dei cavalieri, all'interno della quale si può ammirare l'albero genealogico di 12 generazioni, con 264 ritratti degli antenati della famiglia Fuchs. L'interno del Castello è perfettamente conservato e arredato quasi completamente con mobili d'epoca.

## Kränzelhof - 7 Giardini

**Cermes - Via Palade 1 - Tel. 0473 564 549 - [www.kraenzelhof.it](http://www.kraenzelhof.it)**

Il Giardino Labirinto della tenuta Kränzel, a Cermes, è un'opera d'arte in continuo sviluppo, cambiamento e trasformazione. Il luogo stesso offre un'atmosfera nella quale si possono sviluppare sensibilità e stima per il genere umano e per la natura. I visitatori non saranno confrontati con messaggi concreti o spinti verso percorsi di pensieri definiti preliminarmente, ma animati e stimolati mentalmente. In questo modo è possibile dimenticare il tempo e la quotidianità, per aprirsi, perdersi, volare – a secondo del proprio stato d'animo. Il giardino labirinto vuole catturare l'interesse degli amanti della natura, della cultura, dell'arte, appassionati di vino, famiglie e bambini che cercano uno svago intelligente ed un equilibrio emozionale. Gli appassionati del pensiero esoterico sono invitati a scoprire ed interpretare la simbologia astrale del giardino.

## Museo della Frutticoltura

**Lana - Passeggiata Brandis 4 - Tel. 0473 564 387 - [www.obstbaumuseum.it](http://www.obstbaumuseum.it)**

La Residenza Larchgut di Lana di Sotto, un prestigioso edificio con torre medioevale e annessa costruzione tardo-gotica, ospita dal 1990 il Museo Provinciale della Frutticoltura di Bolzano-Alto Adige. Le tematiche delle varie sezioni museali vanno dalle opere di bonifica delle zone ripariali dell'Adige fino ai metodi di lotta antiparassitaria, alle varietà di frutta tradizionali e nuove e ai sistemi di irrigazione e raccolta.





## Museo San Procolo

**Naturno - Via San Procolo 1 - Tel. 0473 673 139 - [www.prokulus.org](http://www.prokulus.org)**

Il Museo di San Procolo sorge proprio di fronte alla chiesetta di San Procolo, che si intravede, immersa tra i meleti del fondovalle, a est di Naturno. Questa chiesa, poco appariscente, custodisce degli splendidi affreschi che fanno parte dei più importanti tesori artistici d'Europa.



Anche il museo di San Procolo non è semplice da individuare, dato che è stato costruito sotto terra ed è riconoscibile dall'esterno soltanto grazie al suo portone d'ingresso. Il percorso museale fa rivivere 1.500 anni di storia della popolazione del territorio di Naturno e dintorni attraverso quattro stazioni multimediali, (periodo tardo antico, primo e tardo medioevo e prima età moderna) ed espone, inoltre, anche alcuni affreschi gotici rimossi dall'interno della chiesa insieme a molti altri reperti archeologici della chiesa di San Procolo. Il percorso museale si snoda interamente a livello interrato. I visitatori potranno, quindi, osservare i reperti esattamente nel luogo dove sono stati sepolti per secoli.

## Centro visite Gruppo di Tessa

**Naturno - Via dei campi 3 - Tel. 0473 668 201 - [www.provincia.bz.it/parchinaturali](http://www.provincia.bz.it/parchinaturali)**

Il centro visite è stato creato nel 1984 presso la scuola media di Naturno e dal 1992 ha l'aspetto attuale. Il sottotitolo "Dell'acqua e della luce" si presta bene a caratterizzare i forti contrasti e la varietà di ambienti che contraddistinguono questo parco naturale. L'acqua costituisce una delle tematiche principali e il filo conduttore del centro visite: dal modello di una sorgente alle antiche tecniche d'irrigazione dei "Wasserwaale" fino alla rigogliosa vegetazione dello stagno. Sotto i microscopi si può scoprire il mondo nascosto del microcosmo e semplici licheni e microorganismi appaiono come veri capolavori della natura. Nell'angolo per la lettura si possono determinare le piante e le diverse specie di insetti e vengono messe a disposizione lenti d'ingrandimento ed altro materiale. Ampi tabelloni informativi informano sulla varietà degli ambienti e la sua flora e fauna. Un plastico ed una carta escursionistica con scala 1:25.000 aiutano ad orientarsi nel più grande parco naturale dell'Alto Adige. Al piano superiore il visitatore può mettere alla prova i propri sensi annusando, toccando ed ascoltando. Con l'aiuto di un monitor si possono ascoltare una ventina di canti di uccello ed associarli poi alle rispettive specie presenti nel parco. Molto suggestive sono anche le ricostruzioni degli ambienti alpini, dal bosco di montagna al limite dei ghiacci, arricchite da tassidermie. Diapositive e filmati guidano il visitatore nella varietà dei parchi naturali altoatesini.

www.raffener.net

# il paradiso tropicale delle ORCHIDEE in alto adige

Gargazzone / Via Nazionale 26 / +39 0471 920218

**raffener**  
ORCHIDEEN  
welt

## Raffener Orchideenwelt

**Gargazzone - Via Nazionale 26 - Tel. 0471 920 218 - [www.raffener.net](http://www.raffener.net)**

All'interno di questo parco di oltre 6000 m<sup>2</sup> d'ispirazione tropicale si possono guardare, toccare ed annusare circa 500 specie diverse di orchidee; ma non solo: vi sono coloratissimi pappagalli Lori, una cascata e uno stagno dove nuotano tantissimi pesci Koi e tartarughe. All'interno della villa tropicale c'è anche tempo per rilassarsi, per poi raggiungere il ristorante "Orchidea", accogliente punto d'incontro con piatti regionali stagionali e dolci fatti in casa.

## Centro di documentazione Culten (Nuovo!)

**Santa Valpurga/Ultimo, Hochhaus 33, - Tel.: 0473 428 900 - [www.culten.it](http://www.culten.it)**

Il Centro di documentazione "Culten" tematizza l'insediamento dell'Età del Bronzo e del Ferro (1400-600 a.C.) - poi trasformato in luogo per sacrifici - sul „Kirchbichl" a Santa Valpurga/Ultimo, presentando la storia insediativa della valle e reperti di diverse epoche.

## Museo della Val d'Ultimo

**Val d'Ultimo - San Nicolò 107 - Tel. 348 914 114 3**

Il Museo etnografico offre una valida panoramica della cultura contadina e del suo artigianato. Testimonianze dell'ambiente e sistema di vita dei contadini di montagna: arnesi da lavoro, oggetti d'arredamento e dell'artigianato. Settore riservato alla fauna della vallata.

## Parco Nazionale dello Stelvio - Centro visite Lahner Säge

**Santa Gertrude - Sägehüttl 64 - Tel. 0473 798 123 - [www.lahnersaegel.com](http://www.lahnersaegel.com)**

I visitatori fanno escursioni virtuali attraverso i vari ambienti del Parco Nazionale dello Stelvio e nel frattempo, sono fornite loro importanti informazioni sulle particolarità di quest'area protetta. Oltre all'importanza dei boschi per l'uomo e la natura, il centro visite Lahnersäge chiarisce le funzioni del bosco in modo particolarmente affascinante.



# Musei Messner Mountain (MMM)



## MMM Firmian

Bolzano - Via Castel Firmiano 53 - Tel. 0471 631 264

[www.messner-mountain-museum.it](http://www.messner-mountain-museum.it)

Il cuore del circuito museale ideato da Reinhold Messner trova spazio tra le antiche mura di Castel Firmiano, rese accessibili da una struttura moderna in vetro e acciaio. Il percorso espositivo si snoda tra le torri, le sale e i cortili della rocca, offrendo al visitatore una visione d'insieme dell'universo montagna. Opere, quadri, cimeli e reperti naturali raccontano lo stretto rapporto che unisce l'uomo alla montagna, l'orogenesi delle catene montuose ed il loro disfacimento, il legame tra montagna e religione, la maestosità delle vette più famose del mondo, la storia dell'alpinismo dagli inizi fino all'odierno turismo alpino.



## MMM Juval

Juval-Castelbello - Juval 3 - Tel. 348 443 387 1 - Tel. 0471 631 264

[www.messner-mountain-museum.it](http://www.messner-mountain-museum.it)

Arroccato su un'altura nella splendida val Venosta, Castel Juval ospita il museo che Reinhold Messner ha voluto dedicare al "mito" della montagna. Per molti popoli in tutto il mondo la montagna è sacra, dall'Olimpio all'Ararat, dal Sinai al Kailash, dal Fujiama in Giappone all'Ayers Rock in Australia. Il museo custodisce una raccolta di dipinti con vedute delle grandi montagne sacre, una preziosa collezione di cimeli tibetani e di maschere provenienti dai cinque continenti, la stanza del Tantra e, nei sotterranei, le attrezzature usate da Reinhold Messner nelle sue spedizioni.

## MMM Ortles

Solda - via Foresta - Tel. 0473 613 577

[www.messner-mountain-museum.it](http://www.messner-mountain-museum.it)

Dedicato al tema del ghiaccio e allestito in una moderna struttura sotterranea, il museo è situato a Solda, a 1900 metri di quota, ai piedi della vedretta dell'Ortles. Nel MMM Ortles incontriamo il terrore del ghiaccio e dell'oscurità, i miti dell'uomo delle nevi e del leone delle nevi, il white out e il terzo polo, in un viaggio attraverso due secoli di storia degli attrezzi da ghiaccio, dello sci, dell'arrampicata su ghiaccio e delle spedizioni ai poli. MMM Ortles espone la più vasta collezione di dipinti con vedute dell'Ortles.

## MMM Ripa

Brunico - via del Castello 2 - Tel. 0474 410 220

[www.messner-mountain-museum.it](http://www.messner-mountain-museum.it)

Nel Castello di Brunico è ospitato il museo dei popoli di montagna. È da più di 10.000 anni che l'uomo abita i rilievi montuosi, da principio solo per cacciare, poi per condurre mandrie e greggi al pascolo, quindi stabilmente per lavorare la terra e allevare bestiame. I popoli di montagna hanno saputo sviluppare una propria arte della sopravvivenza, una cultura che, al contrario della cultura urbana, si basa sulla responsabilità personale, sulla rinuncia al consumo, sul mutuo aiuto. È a questo modo di vivere, che solo all'osservatore superficiale può apparire diverso da luogo a luogo, che Reinhold Messner dedica il museo MMM Ripa (in lingua tibetana "ri" sta per montagna e "pa" per uomo), dal quale si gode tra l'altro di una splendida vista su Plan de Corones, sul paesaggio rurale della valle Aurina e sulle Alpi della valle di Zillertal.

## MMM Corones

Brunico - Plan de Corones - Tel. 0474 501 350

[www.messner-mountain-museum.it](http://www.messner-mountain-museum.it)

Situato sul Plan de Corones (2275 m), al margine del più spettacolare altopiano panoramico dell'Alto Adige, il MMM Corones è dedicato all'alpinismo tradizionale, disciplina che ha plasmato ed è stata plasmata in maniera decisiva da Reinhold Messner. La vista mozzafiato sulle Alpi, che si gode dall'inconfondibile edificio progettato da Zaha Hadid, è parte integrante dell'esperienza museale: lo sguardo spazia in tutte e quattro le direzioni cardinali, anche oltre i confini provinciali, dalle Dolomiti di Lienz a est fino all'Ortles a ovest, dalla Marmolada a sud fino alle Alpi della Zillertal a nord.



## MMM Dolomites

Località Monte Rite - Cibiana di Cadore (Prov. Belluno) -

Tel. 388 156 80 07 - [www.messner-mountain-museum.it](http://www.messner-mountain-museum.it)

Il Messner Mountain Museum Dolomites sorge sul Monte Rite (2181 m), nel cuore delle Dolomiti tra Pieve di Cadore e Cortina d'Ampezzo. Allestito in un forte della Grande Guerra il museo racconta la storia dell'esplorazione e dell'alpinismo dolomitico. "Il museo nelle nuvole" conserva anche alcune testimonianze dell'origine della roccia dolomitica: fossili di conchiglie clarea di 250 milioni di anni fa, fossili di felci di palma 240 milioni di anni fa ed altri straordinari reperti, a ricordo di quelle che furono barriere coralline in un mare tropicale.



## LUOGHI D'INTERESSE STORICO-CULTURALE PIÙ DISTANTI

### Castel Coira

Sluderno - Castel Coira 1 - Tel. 0473 615 241 - [www.churburg.com](http://www.churburg.com)

Sopra Sluderno si erge uno dei castelli più grandiosi e meglio conservati dell'Alto Adige. La fortezza fu costruita nel 1253 dai Vescovi di Chur, ma ben presto il castello passò in proprietà ai balivi di Matsch. Dal 1504 il castello appartiene ai Conti Trapp. Oggi al visitatore si presenta un bellissimo castello in stile rinascimentale con loggiato, romantica cappella e numerose sale che custodiscono mobili ed oggetti d'arte preziosi risalenti a diverse epoche. L'armeria del castello, considerata l'armeria privata più grande del mondo, contiene armature complete d'ogni tipo appartenenti ai proprietari del castello.

### Museo dell'Abbazia di Montemaria

Malles - Slinigio 1 - Tel. 0473 843 980 - [www.marienberg.it](http://www.marienberg.it)

Nei 300 m² di superficie espositiva sono conservati alcuni documenti storici e tesori artistici sinora non visibili al pubblico, che narrano la vita secondo l'esempio di San Benedetto, descrivendo la vita quotidiana nel monastero e raccontando i suoi 900 anni di storia. Gli affreschi romanici nella cripta ora per necessità di tutela sono visibili solo attraverso un film su grande schermo. In questa maniera le famose rappresentazioni degli angeli, molto particolari e provenienti da un momento culminante dell'arte locale, possono essere presentate ad un pubblico più vasto. Inoltre dal lunedì al sabato i visitatori hanno la possibilità di assistere ai vesperi nella cripta. Per gli orari esatti consultate il sito [www.marienberg.it](http://www.marienberg.it)

### Museo Archeologico dell'Alto Adige – “Museo di Ötzi”

Bolzano - Via Museo 43 - Tel. 0471 320 100 - [www.iceman.it](http://www.iceman.it)

Il Museo Archeologico di Bolzano ospita la celebre Mummia del Similaun e documenta le epoche più remote dalla preistoria alla fine dell'era glaciale (15.000 a.C.), all'epoca carolingia (800 d.C.). Il museo propone una suggestiva riproduzione dell'epoca primitiva nelle terre dell'arco alpino. Plastici, ricostruzioni, immagini stereoscopiche, filmati e stazioni multimediali rendono il viaggio nel tempo avvincente e completo. L'Uomo venuto dal ghiaccio, conosciuto anche come, “Ötzi”, costituisce il punto focale dell'esposizione. La mummia del Similaun, oggi conosciuta in tutto il mondo, appartiene all'età del rame. I suoi indumenti e il suo equipaggiamento perfettamente conservati ripropongono, con dovizia di particolari, lo stile di vita degli uomini del Neolitico.

### Museo di Scienze Naturali dell'Alto Adige

Bolzano - Via Bottai 1 - Tel. 0471 412 960 - [www.naturmuseum.it](http://www.naturmuseum.it)

Il Museo di Scienze Naturali dell'Alto Adige, offre al visitatore un percorso storico, culturale e scientifico attraverso una delle regioni europee più ricche di contrasti, illustrando la formazione e le caratteristiche delle sue zone montane e di fondovalle.



Oltre all'esposizione permanente, arricchita di animali viventi e di un acquario corallino, il museo propone mostre temporanee a tema e un ricco ventaglio di attività didattiche. La collezione e l'attività di ricerca ruotano principalmente intorno alle discipline della geologia, la botanica e la zoologia.

### Museion - Museo d'arte moderna e contemporanea

Bolzano - Piazza Piero Siena, 1 - Tel. 0471 223 413 - [www.museion.it](http://www.museion.it)

Museion dispone di oltre 4.500 opere di arte moderna e contemporanea che vengono esposte con regolarità in mostre tematiche specifiche. Museion organizza inoltre mostre temporanee di noti artisti contemporanei internazionali. Durante i mesi estivi la facciata dell'edificio museale viene utilizzata per una serie di proiezioni di arte audio-visiva. Ogni giovedì sera viene offerta una visita guidata gratuita, seguita da vari eventi mirati ad avvicinare il pubblico all'arte contemporanea. Museion offre inoltre diverse attività didattiche per bambini e famiglie.



**Tutti i musei e luoghi d'interesse storico-culturale si possono trovare sul sito: [www.museen-suedtirol.it](http://www.museen-suedtirol.it)**



## Attività sportive

### ESCURSIONI

**Ogni mercoledì escursione guidata** (è richiesta la prenotazione entro le ore 16.00 del giorno precedente presso l'Associazione Turistica). Il programma delle escursioni è disponibile presso l'Associazione Turistica di Lagundo Tel. 0473 448 600 - [www.algund.com](http://www.algund.com).

### Escursioni in montagna

**Informazioni presso l'Alpenverein Südtirol** – [www.alpenverein.it](http://www.alpenverein.it); **Scuola d'Alpinismo di Merano** – [www.meranalpin.com](http://www.meranalpin.com) – Tel. 348 260 08 13. Si organizzano gite giornaliere e settimanali, escursioni e corsi d'alpinismo. Programma dettagliato disponibile presso l'Associazione Turistica.

### Escursioni alla scoperta della natura

(da maggio a ottobre)  
Da maggio a ottobre si svolgeranno escursioni alla scoperta della natura. Le guide esperte sanno trasmettere in maniera chiara ed esaustiva l'imponente paesaggio ed innumerevoli particolarità naturalistiche del Parco naturale Gruppo di Tessa anche attraverso riferimenti storico-culturali relativi agli usi, costumi e tradizioni inerenti agli abitanti dei masi di alta montagna. **Informazione e prenotazione nell'associazione turistica e nel centro visite Gruppo di Tessa** Tel. 0473 668 201, [info.tg@provinz.bz.it](mailto:info.tg@provinz.bz.it), [www.provinz.bz.it/naturparke](http://www.provinz.bz.it/naturparke)



### CICLISMO

#### Escursioni guidate - bike guide

Ogni giorno: escursioni guidate di vari livelli info ed iscrizione da Bike & Hike a Lagundo

**Escursione guidata "Merano panorama a 360°", cultura e vino** – ogni martedì alle ore 9:30 – ritrovo presso Bike & Hike, Lagundo, ritorno: ore 15:30 circa – durante il tour le guide illustreranno le particolarità del territorio attraversato. È prevista una sosta in una tipica locanda. **Programma dettagliato vedi pagina 12** – Info & prenotazione: Bike & Hike a Lagundo, via Stenizer 14, Tel. 0473 524 041 [info@bikeandhike.it](mailto:info@bikeandhike.it)#

#### Bike Shuttle da Merano a Lago di Resia

Da maggio ad ottobre ogni mercoledì ore 9:30 da Lagundo - ulteriori informazioni e prenotazioni: Tel. 333 565 74 64 - [www.taxi-iris.com](http://www.taxi-iris.com)

#### Noleggio bici a Lagundo

E-bike, mountainbike, trekkingbike, bici da corsa, bici per bambini, noleggio caschi. Accessori per biciclette, officina, informazioni e consigli per gite e mappe della zona. Il negozio è aperto: da febbraio a dicembre - lu-sab ore 8:30-12:00 e 15:30-18:30 – Domenica su richiesta telefonica

**Info & prenotazione: Bike & Hike a Lagundo, via Stenizer 14, Tel. 0473 524 041, [info@bikeandhike.it](mailto:info@bikeandhike.it) - [www.bikeandhike.it](http://www.bikeandhike.it)**

#### Servizio noleggio bici del comune di Merano

Due postazioni di noleggio disponibili, una in via Piave (terminal Bus vicino alle Terme) ed una presso la stazione ferroviaria centrale di Merano (da aprile-ottobre) dal Lunedì al Sabato, dalle ore 09:00 alle ore 19:00. Domenica giorno di riposo. Mezzi disponibili: Mountainbikes, Citybike per donna, uomo e bambini, ed E-Bike (queste ultime disponibili esclusivamente presso la postazione delle Terme). Ogni mezzo è dotato di lucchetto di sicurezza. Nei limiti della disponibilità è inoltre possibile noleggiare biciclette dotate di seggiolini per i bambini. Biciclette elettriche (disponibili solo al noleggio delle Terme): il noleggio è gratuito per la prima ora di utilizzo, mentre dalla seconda ora è previsto un piano tariffario che varia in base al tempo di utilizzo. Prima di ricevere in consegna la e-bike gli utenti dovranno leggere e sottoscrivere il regolamento d'uso, depositare al custode un documento di riconoscimento (originale o copia) e versare una cauzione.

**Riferimento: Servizio Ambiente e Mobilità tel: 0473 250 191**

#### Noleggio Bici Alto Adige (presso le stazioni ferroviarie)

Info-Tel. 0473 201 500 - [www.suedtirol-rad.com](http://www.suedtirol-rad.com)

#### Noleggio bici stazioni Papin Sport

Ulteriori Informazioni: [www.papinsport.com](http://www.papinsport.com) - Tel. 0474 913 450

#### Negozi biciclette – riparazioni

**Bike and Hike** - Lagundo - via Stenizer 14  
[www.bikeandhike.it](http://www.bikeandhike.it)

Tel. 0473 524 041

**Bike Point** - Merano - Portici 337 - [www.bike-point.com](http://www.bike-point.com)

Tel. 0473 237 733

**Sportler** - Merano - Portici 270 - [www.sportler.com](http://www.sportler.com)

Tel. 0473 211 340

**Radsport Flarer** - Merano - via dei Prati 8 - [www.flarer.it](http://www.flarer.it)

Tel. 0473 233 181

**Busselli Bike** - Merano - via 30 Aprile 29 - [www.busselli.it](http://www.busselli.it)

Tel. 0473 449 744

**Staffler** - Lana - Via Feldgatter 2 - [www.josefstaffler.com](http://www.josefstaffler.com)

Tel. 0473 562 592

**Zischg Karl** - Naturno - Via Stazione 47

Tel. 0473 667 811

**Maxx Bike Eldorado** - Laces - Via Principale 65a

Tel. 0473 720 077

[www.maxx-bike-eldorado.com](http://www.maxx-bike-eldorado.com)





### Deltaplano e parapendio

Per praticare questi sport è richiesto un brevetto di volo. Aree di volo: Rifugio Hochmuth (Tirolo), Greiterhof (Parcines), Passiria Hirzer / Saltusio, S.Vigilio (Lana), Merano 2000 (Merano / Avelengo), Monte Sole (Naturno), Schwemmalm (Val d'Ultimo).

### Voli in tandem – parapendio

Voli sulla Muta-Tirolo, Cervina-Saltusio e in inverno sul comprensorio sciistico di Merano 2000. Ogni giorno, previa prenotazione:

**Tirolfly** - Tel. 335 676 689 1 - 335 619 977 7 - 348 121 616 1 - [www.tirolfly.com](http://www.tirolfly.com)

**Tandemclub Ifinger** - Tel. 339 763 171 5 - [www.tandemclub.it](http://www.tandemclub.it)  
**Fly Hirzer** - Tel. 334 266 242 4 - [www.flyhirzer.com](http://www.flyhirzer.com)

### Voli panoramici

Con velivoli a motore, alianti, alianti a motore

**Aero Club Bolzano** – Via Francesco Baracca 1 - Tel. 0471 250 165 - [www.aeroclub.bz](http://www.aeroclub.bz) - (lu-ve 8:00-13:00 e sabato 8:00-12:00)

### Voli panoramici in elicottero

Voli per passeggeri con varie destinazioni come Ortles, Voli nelle Dolomiti, voli personalizzati.

**Heli Austria** – Heliport Merano – Via Roma 300  
 Tel. 0473 233 091 – Tel. 388 153 385 6 – [www.heli-austria.it](http://www.heli-austria.it)

### Rafting – Hydrospeed – Canyoning – Kayak

**Acquaterra Excursions** - Tel. 0473 720 042 oppure +336 611 336 - [www.acquaterra.it](http://www.acquaterra.it)

Dal aprile a novembre si effettuano discese rafting sul fiume Adige da Castelbello a Naturno (10 km; **shuttle service gratuito ogni mercoledì da Lagundo**, iscrizioni presso l'Associazione Turistica, minimo 4 persone), nonché fino al 20 settembre sul fiume Passirio. È possibile effettuare anche discese in gommone, canoa o kayak e tour canyoning attraverso gole e rapide tra le rocce. Inoltre: river-tubing in Val Passiria (nei pressi dell'Hotel Quellenhof) e dal 23 marzo al 6 novembre tour in eco-quad e tour buggy da San Martino in Passiria a Plan.

### Rafting sul Passirio

**Südtirol Rafting Expeditions** – Saltusio in Val Passiria (presso la funivia Hirzer) - Tel. 349 417 839 3 - [www.suedtirolrafting.com](http://www.suedtirolrafting.com)

Discese sulle acque del torrente Passirio dal 10 maggio al 20 settembre, età minima 10 o 14 anni – Tour per principianti, progrediti e per famiglie. Partenza ogni giorno alle ore 10:00 e alle ore 14:00, previ accordi. Per info consultare il sito.

### Surf

Per praticare il surf si può andare al **Lago di Caldaro**, ma anche in molti laghetti alpini, per esempio il **lago di Zoccolo in Val d'Ultimo**, il **lago di Vernago in Val Senales**, il **lago di San Valentino alla Muta (Val Venosta)**, il **lago di Resia**, ecc.

### Laghi balneabili

**Lago di Caldaro**, laghi di Monticolo, laghetto di Costalovara, laghetto di Fiè, lago di Tret.

## PISCINE – PARCHI ACQUATICI – PISCINE COPERTE

### Lido di Lagundo

Via Mercato 11 – Tel. 338 961 26 43

Aperto da metà maggio a metà settembre (in base alle condizioni climatiche). Dimensioni della piscina: 33 m x 28 m, 12 m x 14 m – doccia acquatica, idromassaggio, getti d'acqua dal fondo della vasca, scivolo per bambini, calceotto, bar/tavola calda.



### Meranarena (piscina coperta)

**Merano** – Via Palade 74 – Tel. 0473 236 975 – [www.meranarena.it](http://www.meranarena.it)  
 La piscina coperta è aperta da fine settembre a fine aprile.

### Lido Meranarena (piscina all'aperto)

**Merano** – Via Lido 6 – Tel. 0473 447 651 / 0473 236 982 – [www.meranarena.it](http://www.meranarena.it)  
 Aperta da fine maggio a inizio settembre.

### Acquavventura Naturno (Piscina all'aperto e coperta – Sauna)

**Naturno** – Via Campi 5 – Tel. 0473 668 036 – [www.erlebnisbad.it](http://www.erlebnisbad.it)  
 Stagione estiva (da metà maggio ad inizio settembre): piscina all'aperto e piscina coperta. Stagione invernale da fine settembre a inizio maggio: piscina coperta e diverse saune.

### Piscina naturale di Gargazzone

**Gargazzone** – Via Stazione 37 – Tel. 0473 291 129 – [www.naturbad-gargazon.it](http://www.naturbad-gargazon.it)

La piscina si trova su un'area verde di 12.000 m². È uno stagno artificiale con acqua priva di cloro, con sezione per nuotatori e non nuotatori, piscinetta bambini, pontili in legno e bar.



### Terme Merano

**Merano - Piazza Terme 9 - Tel. 0473 252 000 - [www.termemerano.it](http://www.termemerano.it)**

Terme Merano è sinonimo di wellness e molte sono le sfaccettature della struttura; è possibile rilassarsi e farsi cullare dalle acque delle diverse piscine interne ed esterne, scoprire il caldo mondo delle saune, godere degli effetti benefici dei trattamenti del centro benessere, sfruttare le proprietà curative dell'acqua termale e molto altro ancora. 15 sono le piscine a disposizione degli ospiti durante tutto il periodo dell'anno che si dividono tra la zona interna e quella esterna e che offrono ai visitatori un ambiente disteso con comode zone relax. In estate gli ospiti hanno a disposizione altre 10 piscine esterne distribuite nel verde degli oltre 5 ettari di superficie del Parco delle Terme.

**Per ulteriori informazioni [www.termemerano.it](http://www.termemerano.it)**



### PESCA, PESCA SPORTIVA, PESCA A MOSCA

#### Pesca in acque pubbliche

In Alto Adige l'esercizio della pesca è regolamentato per salvaguardare il patrimonio ittico. I turisti devono quindi acquistare l'apposita licenza, che ha durata decennale, oltre a un permesso giornaliero. La licenza si ottiene presso l'Azienda di Soggiorno di Merano, Corso Libertà 45, tel. 0472 272000. Per conoscere le zone di pesca e i punti di ritiro del permesso giornaliero consultare il sito [www.fischereiverein-meran.it/it/le-nostre-acque-di-pesca/](http://www.fischereiverein-meran.it/it/le-nostre-acque-di-pesca/) (Associazione Pescatori Merano, per le zone Val Venosta, Burggraviato, Val Passiria), oppure il sito [www.fischerverein-lana-marling-tscherms.it/it](http://www.fischerverein-lana-marling-tscherms.it/it) (Associazione pescatori Lana - Marlingo - Cermes, per le zone Lana, Marlingo, Foiana, Valsura, Val d'Ultimo, Adige Ponte Tel fino Passirio).

#### Laghetto Sandwirt – Pesca senza licenza

Il laghetto di pesca sportiva, sito nella zona ricreativa Sandwirt (prima di San Leonardo in Val Passiria), è gestito dalla locale associazione pescatori. Il complesso è ben curato ed è aperto a tutti gli interessati, in particolare sono benvenute le famiglie con bambini e anziani. Con il biglietto giornaliero, acquistabile in loco, si possono pescare fino a 4 pesci, ai visitatori non è richiesta una licenza e neppure conoscenze approfondite sulla pesca San Leonardo in Passiria, Via Passiria 40, tel. 0473 656 188

#### Pesca a mosca – Scuola di pesca Gufler Arnold

**Flyfishing School Gufler Arnold**, Val Passiria, tel. 349 5696099, [www.fliegenfischerschule.it](http://www.fliegenfischerschule.it)

Corsi di vari livelli per pescatori a mosca, costruzione di mosche artificiali, guiding ai salmonidi e ai lucci.







## GOLF

**Golfclub Lana „Gutshof Brandis“** – Lana, 300 m s.l.m.

**Via Brandis 13 – Tel. 0473 564 696 – [www.golfclublana.it](http://www.golfclublana.it)**

**Aperto tutti i giorni da metà febbraio a metà dicembre**

Apertura campo: ogni giorno dalle ore 8:00

Apertura club house & ristorante: 8:00-23:00

**Campo: 9 Holes**, Par 70, altezza 300 m, Driving range, putting green  
Pitching green, bunker, Pro Shop

**Golf Club Passeier Meran** – S. Leonardo in Passiria - 600 m s.l.m.

**Kellerlahne 3 – Tel. 0473 641 488 – [www.golfclubpasseier.com](http://www.golfclubpasseier.com)**

Da marzo a novembre. In primavera e in autunno orario 9:00-17:00.

In estate orario 08:00-19:00 (tutti i giorni)! 18 buche - Par 71

Lunghezza complessiva 5.791 metri – lezioni private e di gruppo - Driving Range - Putting Green - Clubhaus - ristorante - Pro Shop - scuola golf.

**Golfclub Dolomiti** - Sarnonico (TN) 950 m s.l.m.

**Tel. 0463 832 698 – [www.dolomitigolf.it](http://www.dolomitigolf.it)**

Da fine marzo a fine novembre, ore 08:00-19:00 (in estate anche più a lungo). Campo da 18 buche - par 73 - lunghezza complessiva 6.370 metri;  
Driving Range - Puttingund

Pitching-Green - Ristorante - Pro Shop - Bar - Clubhaus.

**Golf Club Eppan - The Blue Monster** – Riva di Sotto/Appiano 300 m s.l.m.

**Via Riva di Sotto 81 – Tel. 0471 188 816 4 – [www.golfandcountry.it](http://www.golfandcountry.it)**

Da metà febbraio a metà dicembre (in base alle condizioni meteo). Blue

Monster offre oltre 10.000 metri quadrati di greens. Inaugurato nel 2015, ha 9 buche par 70 e 6.300 metri.

**Golf Club Schloss Freudenstein** – Riva di Sotto/Appiano

**Strada Masaccio 6 – Tel.: 0471 188 816 4 – [www.golfandcountry.it](http://www.golfandcountry.it)**

Aperto tutto l'anno (in base alle condizioni meteo). Il Golf Club Schloss Freudenstein. È un campo training dove imparare il golf con lezioni private e corsi principianti. Fantastica Driving Range, innovative tecniche di Training (simulatore indoor, Track Man, Putter simulator, laser Aiming tool) e consulenza di qualità degli Head Pro.

**Altri campi da golf in Alto Adige: Golfclub Petersberg, Golfclub Alta Badia, Golfclub Pustertal, Golfclub S. Vigilio Siusi, Golfclub Carezza**

**Per maggiori informazioni: [www.golfinsuedtirol.it](http://www.golfinsuedtirol.it)**

**Minigolf e beach volley**

**Minigolf Lagundo** – Tel. 339 501 293 1 –

**[www.minigolftreff-algund.blogspot.it](http://www.minigolftreff-algund.blogspot.it)**

**Aperto da metà marzo a fine ottobre – lunedì riposo**

## MANEGGI – EQUITAZIONE

**Reiterhof Sulfner**

**Avelengo – Via S. Caterina 4 – Tel. 339 503 03 81 – [www.sulfner.com](http://www.sulfner.com)**

Ogni giorno e tutto l'anno escursioni a cavallo guidate, lezioni di equitazione, equitazione per bambini e gite in carrozza.

**Reiterhof Paur**

**Avelengo – Via Falzeben 103 – Tel. 348 765 37 39 –**

**[www.reiterhofpaur.com](http://www.reiterhofpaur.com)**

Uscite per alcune ore, escursioni per principianti e avanzati, corsi d'equitazione, lezioni alla corda. carrozza.

**Centro Equestre Merano Maia**

**Merano – Via Tennis 2 – Tel 0473 232 481 – [www.centroequestremerano.it](http://www.centroequestremerano.it)**

Lezioni di equitazione, maneggio coperto, concorsi ippici.

## BOWLING

**Bowling al Thalguterhaus di Lagundo**

**Piazza Hans Gamper 3 – 4 piste automatiche**

**Aperto tutto l'anno, ore 18:00-24:00, prenotazioni dopo le 18:00 al numero 0473 442 673 oppure 338 346 233 3.** Sabato aperto solo al mattino (a maggio e giugno chiuso) e domenica chiuso. Disponibile per tornei previ accordi.

## VIE FERRATE

**Klettersteig Hoachwool**

**Avventurosa ferrata ad altezze vertiginose sul Monte Sole sopra Naturno – inizio della Val Senales**

La via ferrata è praticabile solo in condizioni asciutte!! Sono necessari un passo sicuro e assenza di vertigini, **una buona tecnica di arrampicata ed una buona condizione fisica!** La via ferrata è composta da diverse sezioni abbastanza difficili e tratti molto ripidi!

Periodo migliore: febbraio – dicembre, durata 4,5 ore, difficoltà B/C e C/D

Per informazioni: Ufficio Turistico Naturno

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



**Ferrata di allenamento e per famiglie Knott**

**Naturno, Monte Sole – stazione a monte funivia Unterstell**

In totale sulla KNOTT si sviluppano quattro vie ferrate, una corta via di collegamento, un ponte sospeso lungo 20 m e due ripide scalette metalliche. Qui si può arrampicare e allenarsi a piacere. Semplici percorsi, passaggi difficili, tratti esposti e tecnici. Percorribile in ogni ora del giorno, dato che i tratti di accesso e di discesa sono brevi.

**Via ferrata Heini-Holzer al piccolo Ivigna (2552 m)**

Si parte dalla stazione a monte della funivia Merano 2000 – **è necessario essere in buona forma**, poiché questa via presenta alcuni passaggi di media difficoltà (A-B-B/C), così come è necessario partire ben presto al mattino.

Lungo il percorso non vi sono né acqua né vie di fuga. Si può sospendere la salita solo ripercorrendo il percorso in discesa.

Informazioni: [www.klettersteig-heiniholzer.com](http://www.klettersteig-heiniholzer.com)



## PERCORSI SOSPESI

### Percorso ad alta fune Ötzi Rope Park

Vernago – Val Senales - Tel. 335 585 300 7 (Ludwig)  
oppure 335 801 091 5 (Klaus) – [www.hochseilgarten.bz](http://www.hochseilgarten.bz)

Sfide e divertimento per tutte le età al parco avventura Ötzi Rope Park, in Val Senales, a 1.780 m s.l.m.: 11 percorsi e quasi 150 piattaforme, da 2 m fino 30 m di altezza. E inoltre: altalena gigante "Giant Swing", carrucole sopra il fiume e percorsi per bambini.

Un giro completo di tutti i percorsi dura circa 3 ore. Fermata del bus e parcheggio nei pressi del parco. Aperto dal 1° maggio al 4 novembre. È necessario avere buone calzature, l'attrezzatura tecnica può essere noleggiata in loco.

### Xsund Adventure Parcours e Wellnessclub Xsund

Terlano – Via principale 4 - Tel. 0471 257 944 - [www.xsund.it](http://www.xsund.it)

Un percorso con ostacoli artificiali in legno, corde e cavi in acciaio, ad un'altezza compresa tra 2,5 m e 20 m; Powerfan – salto in caduta libera da 14 metri di altezza; percorsi per bambini (3-6 anni); river boating/noleggio gommoni sull'Adige; tiro con l'arco 3D; palestre; saune. Aperto da metà marzo ogni giorno dalle ore 10:00.

### Parco alta fune Malga Taser – Parco per famiglie

Scena – Monte Scena 33 - Tel. 0473 945 615 - [www.taseralm.com](http://www.taseralm.com)

È un parco divertimenti outdoor con un percorso alta fune, per il quale bisogna effettuare la prenotazione. Percorso sospeso con corde, cavi in acciaio e ponti sospesi; tiro con l'arco; oltre 1000 m² di parco giochi con zoo alpino, villaggio indiano, scivoli, sabbie, torri e una stanza giochi per i piccoli.

## BOULDERING A LAGUNDO

Nell'area circostante lo Schlundenstein di Lagundo, lungo il sentiero

25 A e 21 vi sono diversi settori boulder, anche in prossimità del Rifugio del Valico (Hochganghaus).



## PALESTRE D'ARRAMPICATA

Falesia Burgstall-Knott a Parcines (nei pressi della funivia Greiterhof), Parete Huafwond (Monte Sole di Parcines), Palestra d'arrampicata Juval (sotto Castel Juval), Parete Tisner Auen (presso Gargazzone), Palestra d'arrampicata Luferkeller (a Rifiano), Falesia Bergkristall (Val Passiria, Plan-Pfleders, Fuchsensteg), Falesia di Laces e Palestra di roccia Nesselwand (a Lasa) in Val Venosta

Per informazioni: [www.suedtirol.info](http://www.suedtirol.info)

## PALESTRE D'ARRAMPICATA INDOOR

Rockarena Kletterhalle – Merano – Via Palade 74 - Tel. 0473 234 619 -

Gestione: AVS Meran: Tel. 0473 237 134 - [www.rockarena.it](http://www.rockarena.it)

Arrampicata: superficie 730 m², altezza 14 m, lunghezza massima dei percorsi 18 m, 100 percorsi di difficoltà da 3a a 8b. Boulder: superficie 270 m², numero boulder 140, difficoltà A – F+, corde top-rope, aperto da settembre a marzo



## CORSI ESTIVI PER BAMBINI AL ROCKARENA

Un'esperienza diversa e indimenticabile: è quanto viene proposto con l'offerta estiva Kraxln & Äktschn, rivolta ai **bambini e ai ragazzi dai 6 ai 14 anni**. I bambini imparano ad arrampicare e giocano, seguiti da istruttori qualificati.

**Ogni giovedì e venerdì da metà luglio ad inizio settembre**

**Dove: Rockarena, Merano**, Via Palade 74 | Iscrizione obbligatoria: per giovedì entro martedì ore 17:00 e per venerdì entro mercoledì ore 17:00, presso l'Associazione Turistica di Lagundo.

## ALPIN-BOB MERANO 2000 E OUTDOOR KIDS CAMP

Merano 2000 – Tel. 0473 234 821  
[www.merano2000.com](http://www.merano2000.com)

Nelle immediate vicinanze della stazione a monte della funivia Merano 2000. Lo slittino su rotta più lungo d'Italia: lunghezza 1,1 km, aperto tutto l'anno. Nella nuova area bambini i giovani esploratori, esercitano equilibrio, forza e agilità giocando.





## CAMPI DA TENNIS E IMPIANTI

**Pünthof Lagundo e Römerkeller** – Via Mercato 13

Per prenotare il campo chiamare Roman

**Tennis Meranarena** – Merano – Via Piave 46

**Südtiroler Tennis Camp Marleno** – Via Prati Nuovi 12

**Tenniscamp Naturno** – Via Gustav Flora 29

**Tennis Lan.arena** – Lana - Via Max Valier 11

tel. 335 534 861 7

tel. 0473 236 550

tel. 0473 449 777

tel. 0473 668 094

tel. 0473 563 535

## POLIGONO DI TIRO

**Poligono presso la Casa della Cultura Thalgutner a Lagundo**

**Piazza Hans Gamper 3 – Tel. 0473 200 403**

Il poligono a sette bersagli si trova al piano sotterraneo della Casa della Cultura Thalgutner. È attrezzato con visualizzazione a schermo.

Info: Stefan Gutweniger Tel. 335 265 598 – **da inizio gennaio a fine novembre.**

## SCIARE

### Sci invernale

**Cinque aree sciistiche a Merano e dintorni soddisfano ogni tipo di esigenza.** A pochi chilometri da Lagundo si trova l'area sciistica **a misura di famiglia Merano 2000**. Comodamente raggiungibile anche in funivia, l'area permette di lasciarsi alle spalle la vita quotidiana e di immergersi nella natura. Anche la **piccola skiarea del Monte San Vigilio**, chiuso al traffico, promette una giornata all'insegna di pace e tranquillità. Il piccolo paese di **Plan in Val Passiria** ospita la prima area sciistica a basso impatto ambientale, unica nel suo genere tra tutti i resort dell'Alto Adige.

Per gli sciatori più esigenti ci sono le piste impegnative del comprensorio **Schwemmalm in Val d'Ultimo**. Nell'area sciistica sul ghiacciaio della **Val Senales** si scia fino a primavera inoltrata. Grazie alla neve assicurata sulle piste a quota 3.200 m, la stagione sul ghiacciaio va da settembre a maggio.

### Sci estivo

**Val Senales: Funivie della Val Senales –**

**Tel. 0473 662171 - [www.schnalstal.com](http://www.schnalstal.com)**

**Prato allo Stelvio - [www.stilfserjoch.it](http://www.stilfserjoch.it)**



# habicher

via Peter-Thalguter-Str. 8  
I-39022 Algund/Lagundo  
Tel. +39 0473 448 362  
[www.habicher-friseur.com](http://www.habicher-friseur.com)

## Bellezza e benessere in vacanza

### Parrucchieri da donna e uomo (chiusi di lunedì)

**Habicher** – Lagundo – Via Thalgutner 8

Tel. 0473 448 362

**Salone Jasmin** – Lagundo – Strada Vecchia 48

Tel. 0473 448 424

**Salone Balù** – Lagundo – Via Weingartner 58

Tel. 0473 448 626

### Beauty-center (diversi trattamenti)

**Manicure, pedicure, estetica, massaggi**

**Estetik Studio** – Lagundo – Strada Vecchia 17

Tel. 0473 200 235

**Beauty Calla** – Via Stenizer 16

Tel. 0473 449634



### Palestre (fitness, diversi corsi come pilates, yoga, zumba...)

**Sporting Center** – Merano – Portici 128

Tel. 0473 235 500

[www.newsportingcenter.bz.it](http://www.newsportingcenter.bz.it) (Judo, karatè e ginnastica)

Tel. 335 692 006 8

**zFit** – Merano - Via Zuegg 28 - [www.zfitsrl.it](http://www.zfitsrl.it)

Tel. 0473 490 730

**Health & Fitness Club** – Merano – Via Kuperion 28/30

Tel. 0473 232 822

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

**Terme Merano Fitness Center** – Merano – Piazza Terme 9

Tel. 0473 252 021

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

**Mrs. Sporty** – Merano - Via Parrocchia 2

Tel. 0473 237 036

[www.mrssporty.it/club/merano/](http://www.mrssporty.it/club/merano/)



## Locali a Merano e dintorni

### BAR – PUB – BISTROT A MERANO

<b>Am Tore</b> (Bar) – Via Roma 234 - <a href="http://www.cafeamtore.com">www.cafeamtore.com</a>	Tel. 0473 230 433
<b>Carpe Diem</b> (Bar) – Via Mainardo 186	Tel. 0473 447 426
<b>Cultis</b> (Bar) – Corso Libertà 22 - (Galleria Kurhaus)	Tel. 0473 491 638
<b>Giardino</b> (Bar Ristorante) – Passeggiata Lungo Passirio 2	Tel. 0473 270 406
<b>Kunsthau</b> (Bar Bistrot) – Via Cassa di Risparmio 18	Tel. 0473 270 416
<b>Muuh-Pub</b> (Pub tirolese) – Via Carducci 29	Tel. 333 748 840 5
<b>La Piazza</b> - (Bistrot) – Piazza Terme 1	Tel. 0473 259 461
<b>Piccolo Bar</b> – Corso Libertà 5	Tel. 0473 236 765
<b>Pub One</b> (Bar Pub Bistrot) – Via Roma 92	
<b>Relax</b> (Enoteca Rist. Pizzeria) – Via Cavour 31 - <a href="http://www.weine-relax.it">www.weine-relax.it</a>	Tel. 335 607 110 0
<b>Rossini</b> (Cocktailbar) – Corso Libertà 19	Tel. 0473 491 085
<b>Sieben</b> (Ristorante Bar Bistrot) - Portici 232 <a href="http://www.bistrosieben.it">www.bistrosieben.it</a>	Tel. 0473 210 636
<b>Trauttmansdorff</b> (Ristorante Bar) - Via S. Valentino 17 <a href="http://www.trauti.it">www.trauti.it</a>	Tel. 0473 232 818
<b>Wunderbar</b> (Bar Bistrot) – Corso Libertà 70	Tel. 0473 234 892

### DISCOTECHE – PUB – LOCALI DA BALLO A MERANO E DINTORNI

<b>Raffl Kellerlounge</b> - Merano – Piazza Duomo 32 - <a href="http://www.rafflkeller.it">www.rafflkeller.it</a>	
<b>Sketch Club</b> (Hotel Aurora) - Merano	Tel. 0473 211 800
Passeggiata Lungo Passirio 40 - <a href="http://www.sketch.bz">www.sketch.bz</a>	
<b>Tonzstodi Marling</b> - Marleno – Via Prati nuovi 4/1	Tel. 0473 424 040
<b>Exclusiv</b> - Lana – Via Merano 52 - <a href="http://www.exclusivclub.it">www.exclusivclub.it</a>	
<b>Aprés Club</b> - Gargazzone – Via Nazionale 20 - <a href="http://www.apresclub.com">www.apresclub.com</a>	
<b>Disco Zoom</b> - Ora (50 km) – Via Nazionale 16 <a href="http://www.discozoom.com">www.discozoom.com</a>	Tel. 0471 802 119

### ENOTECHE - VENDITA VINI

<b>VINUMNovum!</b> – Lagundo – Strada Vecchia 33	Tel. 0473 440 050
<b>Kellerei Algund &amp; Parcheggio</b> – Merano - Portici 218	Tel. 0473 237 147
Vendita vini della Cantina Merano Burggräfler, distillati e grappe.	

**Algunder Kellerei**  
PARCHEGGIO \*  
VINI MERANESI  
DEGUSTAZIONE &  
VENDITA

**NOBILE GRAPPA  
DI MERANO.**

Di gusto nobile e pluripremiata.  
Delizia sublime per appassionati  
e intenditori.

Merano, Portici 218  
[www.algunderkellerei.it](http://www.algunderkellerei.it)

\* **P** PARCHEGGIO PIÙ CENTRALE DI MERANO  
Con un acquisto di € 50.- **60 min. parcheggio gratuito!**







## LOCALI CON MUSICA DAL VIVO

**Ristorante Ruster** – Giardino – Biergarten – Taverna, Tel. 0473 220 202  
Lagundo Paese, Via S. Cassiano 1  
Giardino aperto da maggio a settembre, mercoledì dalle ore 19:30 musica live, domenica dalle ore 10:30 Frühschoppen (colazione tirolese).  
Eventi: [www.ruster.it](http://www.ruster.it) – ottobre Törggelen con musica tirolese, streaming di gare Formula 1 - Moto GP – Partite di calcio

**Gstör** – Lagundo – Strada Vecchia 40 Tel. 0473 448 555  
Aprile – ottobre: ogni martedì musica live dalle ore 19:00 alle 23:00 -  
Domenica Frühschoppen (colazione tirolese) dalle ore 10:00 alle 14:00.  
Info: [www.gstoer.com](http://www.gstoer.com)

**Giardino Birreria Forst** – Lagundo – Via Val Venosta 9 Tel. 0473 447 727  
A maggio e settembre ogni domenica dalle ore 16:00 e da giugno a fine agosto il giovedì dalle ore 19:00 musica dal vivo – Info alla pagina [www.braugartenforst.com](http://www.braugartenforst.com)

## Locali a Lagundo con giorno di chiusura

### LUNEDÌ CHIUSI

<b>Bistro Waldner</b> - Via J. Weingartner 45 (+ do)	Tel. 0473 491 718
<b>Kienegg</b> - Velloi 15	Tel. 0473 448 538
<b>Lacknerstubb</b> - Via J. Weingartner 8 (anche domenica chiuso)	Tel. 0473 449 964
<b>Ladurner</b> - Velloi 41 (lunedì e martedì chiuso fino alle 17)	Tel. 0473 448 439
<b>Schnalshuberhof</b> - Plars di Sopra 2 solo con prenotazione 335 587 88 22 (lu, ma, me chiuso) aperto da marzo a fine luglio e da metà agosto a metà dicembre	Tel. 0473 447 324
<b>Überbacher</b> - Piazza della Chiesa 5/A (domenica dalle 19 e lunedì chiuso)	Tel. 0473 448 451
<b>Untergandl Keller</b> - Via Birreria 21	Tel. 0473 449 910
<b>Zur Blauen Traube</b> - Via Vecchia 44 (anche do chiuso)	Tel. 0473 447 103



# Braugarten Giardino



Orari d'apertura:  
**fine di aprile fino  
fine di settembre**

**Nessun giorno di riposo!  
Cucina calda continuata**

**In diretta su  
schermi giganti:  
F1, Moto GP e calcio**

**Tutti EVENTI CON MUSICA DAL  
VIVO trovate sul nostro sito:  
[www.braugartenforst.com/it/eventi](http://www.braugartenforst.com/it/eventi)**

Pächterfamilie Reiterer · I-39022 Lagundo · Via Val Venosta, 9  
Tel. & Fax +39 0473 447 727 · [info@braugartenforst.com](mailto:info@braugartenforst.com) · [www.braugartenforst.com](http://www.braugartenforst.com)



Riposo: domenica dalle ore 19 e lunedì



# überbacher

CAFÉ CAFÉ  
KONDI TOREI PASTICCERIA  
EISDIELE GELATERIA



Lagundo – Piazza Chiesa – Tel. 0473 448 451

## MARTEDÌ CHIUSI

<b>Andrea</b> - Via Thalgut 20 (martedì chiuso da novembre a febbraio)	Tel. 0473 449 844
<b>Gramegg</b> - Via Quadrat 29	Tel. 0473 967 425
<b>Ladurner</b> - Velloi 41 (lunedì e martedì chiuso fino alle 17)	Tel. 0473 448 439
<b>Leiter am Waal</b> - Plars di Mezzo 26	Tel. 0473 448 716
<b>Löwen</b> - Via Weingartner 20	Tel. 0473 442 048
<b>Saxnerhof</b> - Plars di Sopra 26 (aperto da fine marzo a fine ottobre)	Tel. 0473 448 527   347 123 749 7
<b>Schlosswirt Forst</b> - Via Venosta 4 (martedì e anche mercoledì fino alle 18.00)	Tel. 0473 260 350
<b>Schnalshuberhof</b> - Plars di Sopra 2 solo con prenotazione 335 587 88 22 (lu, ma, me chiuso) aperto da marzo a fine luglio e da metà agosto a metà dicembre	Tel. 0473 447 324

## MERCOLEDÌ CHIUSI

<b>Ebeneich</b> - Velloi 4	Tel. 0473 445 864
<b>Konrad</b> - Velloi 1	Tel. 0473 448 646
<b>Laurin</b> - Via Rosengarten 6	Tel. 0473 448 589
<b>Oberlechner</b> - Velloi 7	Tel. 0473 448 350
<b>Schlosswirt Forst</b> - Via Venosta 4 (martedì e anche mercoledì fino alle 18.00)	Tel. 0473 260 350
<b>Schnalshuberhof</b> - Plars di Sopra 2 solo con prenotazione 335 587 88 22 (lu, ma, me chiuso) aperto da marzo a fine luglio e da metà agosto fino a metà dicembre	Tel. 0473 447 324
<b>Steinach</b> - Via Steinach 35	Tel. 0473 447 031
<b>Zum Stern</b> - Via Thalgut 16	Tel. 0473 448 523

## VENERDÌ CHIUSI

<b>Gasteiger</b> - Velloi 13	Tel. 0473 448 532
<b>Oberplatzer</b> - Velloi 22 (aperto da Pasqua a Ognissanti; venerdì chiuso; ago, set, ott sempre aperto)	Tel. 0473 446 263

## SABATO CHIUSI

<b>Gruberhof</b> - Velloi 12 (aperto da aprile fino a una sett. dopo Ognissanti da do a ve; inverno: aperto solo domenica o su prenotazione)	Tel. 327 283 500 0
<b>Shell Bar</b> - Via Weingartner 38 (chiuso sabato dalle 13 e domenica)	Tel. 0473 442 247



## DOMENICA CHIUSI

<b>Barfuss</b> - Piazza Hans Gamper 2 (chiuso i festivi)	Tel. 333 416 413 1
<b>Bar Stazione</b> - Via Weingartner 43	Tel. 348 858 419 2
<b>Bistro Carma</b> - Via Weingartner 67	
<b>Bistro Waldner</b> - Via Weingartner 45 (chiuso anche lunedì mattina)	Tel. 0473 491 718
<b>Bowling-Bar</b> - Piazza Hans Gamper 3	Tel. 0473 442 673
<b>Gastro Lounge Bruthendler</b> - Via Steinach 9	Tel. 0473 530 005
<b>Lacknerstüb'n</b> - Via Weingartner 8 (anche lunedì chiuso)	Tel. 0473 449 964
<b>MaVie</b> - Plars di Mezzo 38 - (aperto da aprile a nov.)	Tel. 0473 448 380
<b>Shell Bar</b> - Via Weingartner 38 (chiuso sabato dalle 13 e domenica)	Tel. 0473 442 247
<b>Überbacher</b> - Piazza della Chiesa 5/A (domenica dalle 19 e lunedì chiuso)	Tel. 0473 448 451
<b>Gaststube Von Pförtl</b> - Strada Vecchia 33/a (inverno: chiuso anche sabato pomeriggio dalle ore 15.00)	Tel. 349 357 410 6
<b>Zur Blauen Traube</b> - Via Vecchia 44 (anche lu chiuso)	Tel. 0473 447 103
<b>Zum Hirschen</b> - Via Weingartner 54	Tel. 0473 448 383

## SEMPRE APERTI

<b>Andrea</b> - Via Thalgut 20 (martedì chiuso da novembre a febbraio)	Tel. 0473 449 844
<b>Aschbacherhof</b> - Riogrande 24 (sempre aperto, da Pasqua a novembre)	Tel. 0473 967 419
<b>Bistro Come In</b> - Via Weingartner 31	Te. 340 687 376 1
<b>Bräustüberl</b> - Via Venosta 8 (a luglio chiuso)	Tel. 0473 221 887
<b>Fayn Garden Retreat</b> - Via Breitofen 9 (prenotazione consigliata)	Tel. 0473 220 355
<b>Giardino Forst</b> - Via Venosta 9	Tel. 0473 447 727
<b>Gstör</b> - Via Vecchia 40	Tel. 0473 448 555
<b>Leiteralm</b> - Rifugio Alpino (aperto da fine marzo a Ognissanti)	Tel. 338 317 248 4
<b>Lido di Lagundo</b> - Via Mercato 11	Tel. 338 961 264 3
<b>Oberplatzer</b> - Velloi 22 (aperto da Pasqua a Ognissanti; venerdì chiuso; ago, set, ott sempre aperto)	Tel. 0473 446 263
<b>Römerkeller</b> - Via Mercato 12	Tel. 0473 448 385
<b>Ruster</b> - Via S. Cassiano 1	Tel. 0473 220 202
<b>Villa Verde</b> - Strada Vecchia 12	Tel. 0473 861 600





# Trasporto pubblico in Alto Adige

## Informazioni sugli orari di bus e treni

Gli orari e i percorsi dei mezzi di trasporto pubblico in Alto Adige sono reperibili qui: **Mobilità Alto Adige:** [www.sii.bz.it](http://www.sii.bz.it), Call Center: 840 000 471, lunedì-sabato: 6:00-20:00, domenica e festivi: 7:30-20:00; Informazioni su orari e tariffe di del trasporto pubblico in Alto Adige e collegamenti ferroviari in Italia, Austria, Germania e Svizzera; informazioni sui titoli di viaggio (biglietti e tariffe, punti vendita, modalità di acquisto)

**Sasa:** [www.sasabz.it](http://www.sasabz.it) (Orari e tariffe del trasporto urbano di Bolzano, Laives, Merano e Lana); **Treni Alto Adige:** [www.trenoaltoadige.bz.it](http://www.trenoaltoadige.bz.it) (treni Val Venosta/Merano-Bolzano/Val Pusteria/Brennero); **Trenitalia:** [www.trenitalia.it](http://www.trenitalia.it);

## Informazioni su oggetti smarriti in treno o bus:

**[www.oggettirovati.it](http://www.oggettirovati.it) oppure Centrale SAD (linee extraurbane):**

Tel. 0471 450 111 – lu-ve ore 7:00-19:30 – sa 7:00-13:00

**Centrale Sasa (linee urbane):** Tel. 0471 519 519 – lu-ve ore 8:30-13:00

## Deposito bagagli:

**Deposito bagagli Stazione di Bolzano:** Tel. 0471 971 733 – lu-do ore 8:30-18:30

## Deposito bagagli Stazione di Merano

(presso Südtirolrad – Sportservice Erwin Stricker):

Tel. 0473 201 500 – da aprile a novembre ogni giorno ore 8:00-18:00

## INFORMAZIONI PER L'ACQUISTO DI BIGLIETTI E TESSERE MOBILITÀ

Se la vacanza in Alto Adige dura più di un giorno è consigliabile munirsi di una tessera mobilità (vedi pagine 5-7), o di una carta valore: entrambe sono acquistabili presso l'Associazione turistica di Lagundo, così come i biglietti di corsa singola da 1,50 €.

### Biglietteria presso la Stazione ferroviaria di Merano:

Lu- sa ore 6:00-19:50 – domenica e festivi ore 7:00-19:50

### Biglietteria Sasa a Merano, via delle Corse 82, lu-ve ore 8:00-12:15 e ore

14:30-17:00 e sabato ore 8:30-12:00

### Biglietteria presso la Stazione ferroviaria di Bolzano, piazza Stazione 1,

lu-do ore 6:00-21:00.

**Biglietterie automatiche a bordo dei bus SASA:** sui bus urbani di Bolzano e Merano si possono acquistare a bordo i biglietti di singola corsa (1,50 €) nonché la tessera urbana 1 giorno (4,00 €). Info: [www.sasabz.it](http://www.sasabz.it)

**Biglietto ordinario per viaggi di zona tariffaria:** costa 1,50 euro, è utilizzabile per viaggi in autobus all'interno della stessa zona tariffaria, per esempio viaggi con autobus urbani nelle città di Bolzano e Merano, oppure con citybus all'interno della stessa zona tariffaria. Va sempre convalidato a bordo autobus ed è valido 60 minuti dalla prima convalida. Un „viaggio di zona tariffaria“ può comprendere il cambio di più mezzi di trasporto.

**La carta valore:** Può essere utilizzata da più viaggiatori contemporaneamente per la stessa tratta, convalidando tante volte quanti sono i viaggiatori; è utilizzabile su autobus, funivie (Renon, San Genesio, Colle, Verano, Meltina, Maranza), impianti fissi (funicolare della Mendola, trenino del Renon) e treni regionali per le tratte di competenza tariffaria della Provincia e fino a Trento, sui regionali fino a Innsbruck e Lienz (dal Brennero e da San Candido si applica la tariffa stabilita dal gestore ferroviario austriaco - ÖBB), nonché sui treni a lunga percorrenza Eurocity di DB/ÖBB/Trenord

per le relazioni da e per Trento, Bolzano, Bressanone, Fortezza, Innsbruck (limitatamente alla seconda classe e con tariffa Eurocity). **Sono esclusi i treni a lunga percorrenza** quali Intercity, Euronight, Le Frecce; è valida 2 anni dalla data della prima convalida ed è disponibile in tagli da 10, 20 e 50 €.

## INFORMAZIONI GENERALI

**Bambini fino 6 anni viaggiano gratis, sopra i 6 anni pagano il prezzo intero.**

**Trasporto animali:** è a pagamento (tariffa ordinaria) sotto la responsabilità dell'utente e compatibilmente con lo spazio disponibile; gratuito per i cani guida per ciechi e gli animali di piccola taglia (all'incirca 70 x 30 x 50); museruola obbligatoria.

**Sedie a rotelle/passeggini:** ammessi sui mezzi che espongono l'indicazione. A bordo la sedia a rotelle/la carrozzina deve essere posizionata nell'area predisposta e durante la marcia deve rimanere frenata. Qualora lo spazio previsto sia già occupato, non possono salire altri passeggeri nelle medesime condizioni.

**Trasporto biciclette:** Il trasporto delle biciclette su mezzi pubblici (solo autobus extraurbani e treni) è possibile solo se vi è posto disponibile e se la sicurezza è completamente garantita. Sugli autobus solo se vi è l'apposita bagagliaia, nei nuovi autobus a pianale ribassato il trasporto non è ammesso. I treni locali possono trasportare circa 16-20 biciclette negli appositi scompartimenti o vani bici. Non è consentito trasportare biciclette sugli autobus urbani e nei citybus. Appositi portabici con 5-6 posti sono a disposizione da primavera fino ad autunno sugli autobus delle seguenti linee: Linea 273 Malles – Martina, Linea 245 Merano – Val d'Ultimo – Lana. Le fermate, dove le biciclette possono essere caricate, sono indicate nell'orario con il simbolo della bicicletta.

## ATTENZIONE, LIMITAZIONI PER IL TRASPORTO BICI!

Da fine aprile a fine ottobre (per le date esatte consultare il sito [www.sii.bz.it/it/trasporto-biciclette](http://www.sii.bz.it/it/trasporto-biciclette)), per evitare il sovraffollamento del treno della Val Venosta, è VIETATO caricare la bicicletta a bordo treno nelle stazioni di Merano, Lagundo e Marlenigo, tutti i giorni dalle ore 9:00 fino alle ore 13:00 e dalle ore 15:00 fino alle ore 17:30.

## SERVIZIO TRASPORTO BICI SU GOMMA

È possibile viaggiare in treno e far trasportare la propria bicicletta su gomma, utilizzando l'apposito shuttle-service attivo lungo la linea ferroviaria della Val Venosta Merano-Malles, partendo dalla stazione di Merano. La consegna delle biciclette da parte degli utenti inizia 30 minuti prima della partenza dello shuttle (per gli orari di partenza da Merano consultare <http://www.sii.bz.it/it/linea-ferroviaria-venosta-trasporto-separato-per-le-biciclette>). La bicicletta può essere ritirata successivamente presso le apposite aree nelle stazioni ferroviarie di Naturno, Laces, Silandro, Spondigna o Malles. Il biglietto giornaliero per il servizio shuttle per biciclette costa euro 7,00 e può essere acquistato presso le biglietterie oppure direttamente presso il punto di partenza del servizio shuttle.

## ORARI

Si prega di verificare l'orario alla vostra fermata. Segnalare all'autista con un cenno che si vuole salire a bordo. **Attenzione: tra le ore 9:00 e le ore 11:00 e tra le ore 17:00 e le ore 18:00 i mezzi sono solitamente molto affollati.**

**Orari, tariffe e regole del trasporto pubblico nel dettaglio: [www.sii.bz.it](http://www.sii.bz.it)**



## Shopping a Lagundo

### Farmacia

St. Ulrich - Via Weingartner 52

Tel. 0473 448 700

### Panifici

Tauber - Strada Vecchia 33

Tel. 0473 448 745

Preiss - Via Weingartner 65

Tel. 0473 448 608

Haller - Via Mercato 6

Tel. 0473 448 730

### Intimo - piumini - biancheria per la casa

Theiner - Via Thalgut 3

Tel. 0473 448 612

### Fiori - Floricoltura

Unterweger - Via Weingartner 9a

Tel. 0473 220 165

### Cartoleria - Regali - Oggettistica

Papier-Plus - Via Thalgut 2

Tel. 0473 493 381

### Liquori - Distillati

Brenneri Stocker - Via Birreria 21

Tel. 0473 449 910

### Articoli da regalo - Oggettistica per la casa

Wohnlust - Via Etzenricht 2

Tel. 0473 222 325

### Elettrodomestici - Elettronica

Elektro Howa - Via Weingartner 39

Tel. 0473 440 350

Uni Euro - Via Weingartner 31a

Tel. 0473 090 660

### Bici - Noleggio, vendita e riparazioni

Bike and Hike - Via Stenizer 14

Tel. 0473 524 041

### Bevande

Nägele - Via Weingartner 14

Tel. 0473 447 877

### Orefice

Schmuckwerk - Strada Vecchia 44

Tel. 0473 449 211

Design Pechlaner - Via Thalgut 4

Tel. 0473 691 447

### Sartoria

Lösch - Zona Artigianale 16

Tel. 0473 448 682

**BÄCKEREI - PANIFICIO  
TAUBER**

<b>Panificio Tauber</b> 39022 Lagundo, Via Breitofen 8 Tel. 0473 201321	<b>Negozi Lagundo</b> Via Strada Vecchia 33 Tel. 0473 448745	<b>Negozi Tirolo</b> Via Principale 23/b Tel. 0473 925208 <a href="http://www.tauber.it">www.tauber.it</a>
--	--	---

*...i nostri clienti apprezzano la varietà dei prodotti*

# LAVA PIU

LA LAVANDERIA SELF-SERVICE **Miele**

**DOVE LA LAVATRICE FA IL BUCATO  
E FA ANCHE LA DIFFERENZA**

Via Josef Weingartner 53 | 39022 Lagundo (BZ)





## Laboratorio artistico - Ceramica

Widmann - Strada Vecchia 29

## Alimentari e supermercati

Kienzl - Strada Vecchia 38

MPreis - Strada Vecchia 2

MPreis - Via Weingartner 31

Eurospin Lagundo - Via Weingartner 45a

## Macellerie

Tschenett - Strada Vecchia 40

Stephan Von Pföstl - Strada Vecchia 33a

## Formaggi e latticini

Latteria Sociale di Lagundo - Mitterplars 29

## Abbigliamento

Kik Textilien - Via Weingartner 45 B

Mode Joker - Via Thalguter 20

Maxi Mode Center - Via Weingartner 31

NKD - Via Weingartner 57

## Frutta e verdura Bio

Bioexpress - Via Steinach 45 (solo il venerdì)

o per ordini diretti

## Calzature - Pelletteria - Borse

Schuhe Schik - Piazza della chiesa 5 D

Lederwaren Pierre - Via Weingartner 31 G

Maxi Mode Center - Via Weingartner 31

Calzolaio - Via Steinach 15

## Abbigliamento sportivo e per il tempo libero

Kiwi Sports - Via Weingartner 81

Sport Franz - Piazza della chiesa 4

## Giocattoli

Pfiff Toys - Via Weingartner 31b

## Tabacchi - Valori bollati

Kienzl - Strada Vecchia 38

## Abbigliamento tirolese - Costumi tradizionali

Trachten Hit Lagundo - Via Weingartner 77a

Amadeus - Via Weingartner 47c / 53

## Enoteche - Vendita vini

VINUMnovum! - Strada Vecchia 33

Nägele - Via Weingartner 14

## Edicola - Giornali

Kienzl - Strada Vecchia 38

Ufficio Turistico Lagundo (solo la domenica)

Papier-Profi - Via Thalguter 2

## Parrucchieri

Habicher - Via Thalguter 8

Salon Balu - Via Weingartner 58

Salon Jasmin - Strada Vecchia 48

## Lavanderia Self-Service

Lava Più - Via Weingartner 53

Tel. 0473 440 487

Tel. 0473 448 698

Tel. 0473 201 066

Tel. 0473 491117

Tel. 0473 201 013

Tel. 0473 448 354

Tel. 0473 448 713

Tel. 0473 448 710

Tel. 0473 442 540

Tel. 0473 492 450

Tel. 0473 442 890

Tel. 0473 442 366

Tel. 800 892 838

Tel. 0473 968 184

Tel. 0473 491 964

Tel. 0473 492 450

Tel. 334 256 217 1

Tel. 0473 443 884

Tel. 0473 448 468

Tel. 0473 443 053

Tel. 0473 448 698

Tel. 0473 220 994

Tel. 0473 446 176

Tel. 0473 440 050

Tel. 0473 447 877

Tel. 0473 448 698

Tel. 0473 448 600

Tel. 0473 493 381

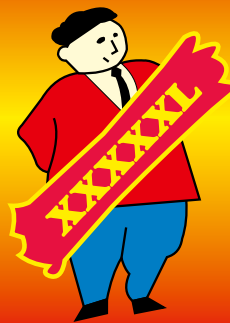
Tel. 0473 448 362

Tel. 0473 448 626

Tel. 0473 448 424

Tel. 335 83 21 668

# Manifattura Lösch



- Biancheria
- Abbigliamento da taglia M (48) a 5XL (70)
- Mercerie

39022 Lagundo  
Zona Artigianale 16  
Tel. 0473 448682

[dalkolmojosef@hotmail.de](mailto:dalkolmojosef@hotmail.de)



# Servizi utili

## Alpenverein

**Alpenverein Merano** – Via Galilei 45 Tel. 0473 237 134

## Farmacie

**St. Ulrich** - Lagundo - Via Weingartner 52 Tel. 0473 448 700  
**Bavarese** - Merano- Portici 76 Tel. 0473 2 3 1 1 55  
**Druso** - Merano- Via delle Corse 58 Tel. 0473 236 357  
**Madonna** - Merano- Corso Libertà 123 Tel. 0473 449 552  
**Salus** - Merano – Via Piave 36a Tel. 0473 236 606  
**San Damiano** - Merano -Via Goethe 23 Tel. 0473 447 545  
**San Giorgio** - Merano - Via Dante 10 Tel. 0473 237 677  
**Maia Bassa** - Merano – Via Roma 118 Tel. 0473 236 144  
**Centrale** - Merano – Fossato Molino 6 Tel. 0473 236 826

## MEDICI DI FAMIGLIA

**Dr. Katja Ladurner** Tel. 0473 449 454  
Studio all'interno del Municipio di Lagundo – Piazza Hans Gamper 1  
**Dr. Ulrike Kuppelwieser** – Piazza della chiesa 5b Tel. 0473 222 951  
Tel. 335 437 479  
**Dr. Michaela De Luca** - Piazza della chiesa 5b Tel. 0473 447 792  
**Dr. Alexandra Tribus** – Piazza Hans Gamper 1 Tel. 0473 449 454

## DENTISTI

**Dr. Alexander Wijffels** Tel. 0473 220 473  
Lagundo - Via Weingartner 4  
**Dr. Ausserer** - Lagundo Tel. 0473 440 051  
Via Weingartner 49  
**Servizio odontoiatrico di Pronto Soccorso all'Ospedale di Merano**  
al Pronto Soccorso, ogni giorno ore 8.00-10.00

## EMERGENZE

**Numero unico per le emergenze** Tel. 112  
**Croce Bianca** Tel. 0471 444 444  
**Ospedale di Merano** Tel. 0473 263 333

## DIALISI

**Emodialisi Ospedale di Merano** Tel. 0473 264 980  
**Centro Emodialisi Bolzano** – Via Novacella 30 Tel. 0471 284 822

## VETERINARI

**Pronto Soccorso veterinario** Zona Merano e dintorni Tel. 339 447 766 0

## SERVIZI PER AUTO

### Soccorso stradale

**Kofler Luis** - ACI 116 - Lagundo Tel. 0473 446 161  
Zona artigianale 5 – sos 24h su 24 Tel. 337 451 091  
**MobilTec** - Lagundo - Via Weingartner 85 Tel. 0473 200 980  
**Auto Assistance** - Luis-Zuegg-Str. 72 - Merano Tel. 328 767 571 1

## Autofficine

**MobilTec** - Lagundo - Via Weingartner 85 Tel. 0473 200 980  
**Garage Tonini** - Merano – Via Petrarca 29 Tel. 0473 232 570  
**Auto Brenner** VW - Skoda - Seat - Merano - Via Goethe 37 Tel. 0473 519 400  
**BMW Auto Ikaro** - Merano - Via Roma 290 Tel. 0473 239 855  
**AutoCity Bolzano** - Citroën - Peugeot - Volvo - Ford - Nissan - Seat - Audi - Opel - Chevrolet - Saab - Bolzano - Via Enzo-Ferrari 8 Tel. 0471 323 020  
**Sportgarage** - Fiat - Abart - Renault - Dacia - Gommista Merano - Via Max Valier 7 Tel. 0473 273 300  
**Ford Garage Alpe - Merano** - Via Roma 194 Tel. 0473 443 306  
**Auto Erb** - Mercedes Benz - Merano - Via Max Valier 6/8 Tel. 0473 237 035  
**AutoCity Barchetti** - Opel - Ford - Mini - Peugeot - Audi - Skoda - Nissan - Toyota - VW - BMW - Citroen - Fiat - Lancia - Volvo - Seat Merano – Via Brogliatti 7 Tel. 0473 272 222  
**Genetti Toyota** - Suzuki - Lexus - Lana – Via Bolzano 53 Tel. 0473 561 413

## Meccanici

**Kofler Alois** - Lagundo – Zona artigianale 5 Tel. 0473 446 161  
(+servizio pneumatici)  
**Garage Himmel** - Merano – Via Dante 33 Tel. 0473 231 335  
**Top Garage** - Ford e altre - Merano – Via Nazionale 63 Tel. 0473 449 835  
**CarTirolo** - Opel - Ford - BMW e altre marche Tel. 0473 563 844  
Lana – Zona industriale - Via Max Valier 9

## Carrozzeria

**Franzolin Auto** - Merano – Via Bersaglio 7 Tel. 0473 448 179

## Autofficine per camper

**Sportgarage** - Merano - Via Max Valier 7 Tel. 0473 273 300

## Noleggio auto

**Sportgarage** - Merano - Via Max Valier 7 Tel. 0473 273 300  
**Autonoleggio** (Burgund Reisen) - Merano Tel. 335 136 332 8  
Corso Libertà 11  
**AutoCity Barchetti** (Avis) - Merano – Via Brogliatti 7 Tel. 0473 272 222  
**Auto Götsch** - Merano – Via Reich 78 Tel. 0473 212 219

## Distributori e autolavaggi

**Mebo-Stazione di servizio** - Lagundo Tel. 0473 201 287  
(dopo 3 km dall'entrata direzione Bolzano)  
**Agip** - Merano – Via Goethe 74 Tel. 0473 491 149

## Distributori GPL

**Shell** – Merano -Sinigo – Strada Statale n. 134 e Strada Statale n. 6  
**Agip** - Bolzano – Via Merano 22

## Distributori metano

**Mebo-Stazione di servizio** - Lagundo (dopo 3 km dall'entrata direzione Bolzano) Tel. 0473 201 287  
**Shell** - Merano-Sinigo – Strada Statale 6  
**Shell** - Naturno – Strada Statale





## BANCHE

### Cassa Raiffeisen Lagundo

#### Sede Lagundo

Tel. 0473 268 111

Lagundo, Strada Vecchia 21, Fax 0473 440 390

E-Mail: info@raika.it - Internet: www.raika.it

Lu-Ve ore 8:30-12:45 e 15:00-17:00

BANCOMAT

#### Filiale Quarazze

Tel. 0473 268 122

Merano, Via Laurin 44, Fax 0473 220 951

Lu-Ve ore 8:05-15:30 continuato

BANCOMAT

#### Filiale Aquila Rossa

Tel. 0473 268 133

Via delle Corse 42, Merano centro, Fax 0473 234 440

Lu-Ve ore 8:05-12:55 e 14:45-16:25

BANCOMAT

### Cassa di Risparmio Lagundo

#### Cassa di Risparmio Lagundo

Via Weingartner 50

Tel. 0473 448 748

Lu-Ve ore 8:05-12:55 e 14:45-16:30

BANCOMAT

## BIBLIOTECA

### Biblioteca civica di Lagundo, presso il Municipio

Piazza Hans Gamper 1 Tel. 0473 443 835

Libri, riviste, audiocassette e CD, per bambini e per grandi, giochi da tavolo.

#### Orari d'apertura:

##### Da giugno a settembre

Lu 9:00 - 11:00

Ma 16:30 - 19:30

Me 16:30 - 18:30

Gio 16:30 - 19:00

Ve 16:30 - 18:30

Sa 10:00 - 12:00

##### Da ottobre a maggio

Lu 9:00 - 11:00

Ma 16:00 - 19:30

Me 16:00 - 18:00

Gio 16:00 - 18:30

Ve 16:00 - 18:00

Sa 10:00 - 12:00



## Suggerimenti ai turisti per un utilizzo corretto della carta di debito

Per evitare truffe dovrebbe fare attenzione ai seguenti punti:

### Consigli in caso di prelievi allo sportello automatico:

- coprire con una mano la tastiera numerica durante l'inserimento del codice segreto;
- comunicare tempestivamente alla banca o alle forze dell'ordine eventuali manomissioni dello sportello automatico ovvero persone sospette nelle vicinanze dello stesso;
- rivolgersi tempestivamente alla propria banca nel caso in cui la carta di debito non venisse restituita o le banconote non venissero erogate;
- in caso di smarrimento o furto della carta di debito provvedere immediatamente al blocco della stessa tramite telefono.



### Consigli in caso di pagamenti tramite carta di debito (POS):

- tenere la carta sempre sott'occhio e consegnarla per il pagamento solo nelle vicinanze dell'apparecchio POS;
- evitare di far vedere il codice segreto durante l'inserimento;
- coprire con una mano la tastiera numerica dell'apparecchio POS durante l'inserimento del codice segreto;
- conservare gli scontrini dei pagamenti POS e confrontarli con i movimenti del conto corrente.

Per maggiori informazioni si può rivolgere ad un nostro collaboratore.

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



**Raiffeisen**

Cassa Raiffeisen Lagundo



### Ufficio oggetti smarriti

Municipio di Lagundo - Orari: lu-ve ore 8:30-12:00, ma e gio anche ore 14:30-16:30, ve fino alle ore 12:30; Tel. 0473 262 300  
Ufficio oggetti smarriti Merano: lu e me ore 8:15-12:00 e ore 15:00-16:30 e ma + gio + ve ore 8:15-12:00, Via Galilei 25, Tel. 0473 250 161, Comune di Merano, Polizia Municipale Tel. 0473 250 160.

**Ufficio oggetti smarriti Alto Adige online:** [www.fundinfo.it](http://www.fundinfo.it)

### Servizio bagagli al seguito

**Insam-Express** - Ortisei- Val Gardena - [www.insamexpress.it](http://www.insamexpress.it) - Tel. 0471 796 110

### Hot spot e wi-fi

**Hot spot gratuito in Piazza della chiesa e in Piazza Hans Gamper a Lagundo;** a Merano: Biblioteca Civica, Corso Libertà parte superiore, Passeggiata lungo Passirio di fronte al Kurhaus, Piazza Terme, Piazza Stazione

### Negozi di ottica

**Optik Wassermann** - Merano - Corso Libertà 162

Tel. 0473 237 739

**Fielmann** - Merano - Via Cassa di Risparmio 9

Tel. 0473 090 700

**Optik Walter** - Merano - Via delle Corse 10

Tel. 0473 237 857

**Optik Graf** - Merano - Portici 200

Tel. 0473 235 444

**Daldossi Wolf Foto/Optik** - Merano - Portici 75

Tel. 0473 230 079

### Ufficio postale

**Poste Italiane Lagundo** - Strada Vecchia 50 a

Tel. 0473 448 368

Aperto: Lu - ve ore 8.20-13.35 - sa fino le ore 12.35

### Centrale viabilità

[www.traffico.provincia.bz.it](http://www.traffico.provincia.bz.it)

Tel. 0471 416 100

### Numeri telefonici importanti

**Ufficio Turistico Lagundo** - Piazza Hans Gamper 3

Tel. 0473 448 600

**Ufficio del Comune Lagundo** - Piazza Hans Gamper 1

Tel. 0473 262 311

**Carabinieri Lagundo** - Strada Vecchia 52

Tel. 0473 448 731

**Numero unico per le emergenze** 112

**Servizio meteo:** [www.meteo.provincia.bz.it](http://www.meteo.provincia.bz.it)

Tel. 0471 270 555

**Servizio valanghe:** [www.meteo.provincia.bz.it/valanghe](http://www.meteo.provincia.bz.it/valanghe)

Tel. 0471 271 177

**Ospedale di Merano** - Via Rossini 5

Tel. 0473 263 333

**Centrale viabilità**

Tel. 0471 416 100

### Veterinari

**Dr. Moser e Holzknecht** - Via Venosta 9a

Tel. 0473 200 901

**Clinica veterinaria Marlengo** - Via Palade 1/A

Tel. 0473 565 350

**Numero per emergenze 24h su 24**

Tel. 335 624 886 6

### Bagni pubblici

**Bagno pubblico presso la piazza delle feste della casa della cultura Thalguterhaus,** aperto da marzo a novembre, ogni giorno, ore 8.00-21.00

### Taxi

**Taxi - Merano** - Centrale

Tel. 0473 212 013

### Servizio shuttle - Noleggio con conducente

**Alpenpass Mobil** - Merano - Via dei frutteti 21

Tel. 348 241 272 5

**Shuttle Helmuth** - (a Tel)

Tel. 338 963 162 8

**Peter** (a Plaus) - per la zona della Venosta

Tel. 349 847 082 1

**PunktGenau di Stephan Haller** Zona Passiria

Tel. 345 019 621 3

Tel. 349 410 641 1





## Rifugi

<b>Rifugio Dei Becchi (Bockerhütte)</b> – Tirolo – Val di Sopranes 26 www.bockerhuetten.com	Tel. 0473 424 030 Cellulare 349 770 762 6 Cellulare 347 320 655 3
<b>Rifugio Borletti (Berghütte)</b> Gruppo dell'Ortles – www.berghuetten.it	Cellulare 338 387 734 4
<b>Rifugio Casati</b> - Solda - www.rifugiocasati.it	Tel. 0342 935 507 Cellulare 339 488 979 1
<b>Rifugio Serristori</b> – Solda – Solda 1 www.duesseldorferhuetten.com	Cellulare 333 285 974 0 Tel. 0473 613 005 (info inverno)
<b>Eishof</b> - Val di Fosse - www.eishof.com	Tel. 0473 420 524 (maggio-ottobre) Tel. 333 652 197 4 (nov. – maggio)
<b>Enzianhütte</b> – Hintermartell 2 www.gasthof-enzian.it	Tel. 0473 744 755 Cellulare 333 795 561 0
<b>Hirzerhütte</b> - Scena – Val Passiria www.hirzerhuetten.com	Mobil +39 330 515 900
<b>Hintergrathütte</b> – Solda – www.hintergrathuetten.com	Tel. 0473 613 188 Cellulare 348 733 380 7 Tel. 0473 613 240 (telefono a valle)
<b>Casa del Valico (Hochganghaus)</b> - Parcines - Vertigen 34 www.hochganghaus.it	Tel. 0473 443 310
<b>Rifugio Canziani (Höchster Hütte)</b> Val d'Ultimo www.rifugiocanziani.it	Tel. 0473 798 120 Cellulare +39 333 400 532 3
<b>Rifugio Picco Ivigna</b> – Scena 1	Cellulare +39 335 532 860 4
<b>Rifugio J. Payer</b> – Solda 1 – www.payerhuetten.com	Tel. 0473 613 010 Tel. 0473 666 372 (telefono a valle)
<b>Rifugio Kesselberg</b> – Merano 2000	Tel. 0473 279 477
<b>Santa Croce di Latzfons</b> – Latzfons 1 www.latzfonserkreuz.com	Tel. 0472 545 017
<b>Rifugio Cima Fiammante</b> Valle di Tel - Via Tablà 19 www.lodnerhuetten.com	Tel. 0473 967 367 Tel. 0473 968 206 (fuori la stagione)
<b>Rif. Martello</b> – Hintermartell – www.martellerhuetten.com	Cellulare 335 568 723 5
<b>Rifugio Merano</b> – Merano 2000 – Via Pivigna – www.meranerhuetten.it	Tel. 0473 279 405
<b>Malga Mitterkaser</b> – Val di Fosse	Cellulare 333 787 563 6 Cellulare 333 374 777 9
<b>Casera di Sopra (Oberkaser)</b> Val di Sopranes – Via Haslach 68 www.dorftirol.com/oberkaseralm	Tel. 0473 923 488 Cellulare 349 072 095 7
<b>Rifugio Oberettes</b> – Valle di Mazia www.oberettes.it	Tel. 0473 830 280 Cellulare 340 611 944 1
<b>Piffinger Köpfl</b> Merano 2000 – Via Piffinger 16 – www.piffinger-koepfl.com	Tel. 0473 279 610
<b>Malga Rableit</b> – Val di Fosse www.rableidalm.com	Tel. 0473 420 631 Cellulare 335 366 766
<b>Rifugio Parete Rossa</b> Merano 2000 – Via Piffinger 8	Mobil +39 333 541 623 2
<b>Schaubachhütte</b> – Solda 60 – www.schaubachhuetten.it	Tel. 0473 613 024

texelbahn

## Funivia panoramica

... accesso diretto all'Alta Via di Merano



Cascata di Parcines

**Ad oltre 1.500 m di quota nel cuore del parco naturale Gruppo di Tessa**

- accesso diretto all'Alta Via di Merano
- discesa a valle passando per la cascata di Parcines
- escursioni nella Val di Tel alla "Zielalm" ed al Rifugio Cima Fiammante
- ascensione alla vetta della Cima di Tel (Zielspitze - 3.006 m)
- escursione circolare all'Orenknott (2.258 m)

FuniCard  
**Merano e dintorni**



**TEXELBAHN** · via Ziel 11 · I-39020 Parcines  
tel. +39 0473 968295 · info@texelbahn.com · [www.texelbahn.com](http://www.texelbahn.com)

<b>Rifugio Bellavista</b> – Val Senales – Unser Frau – <a href="http://www.schoeneaussicht.it">www.schoeneaussicht.it</a>	Tel. 0473 679 130
<b>Rifugio Sesvenna</b> – Slingia – <a href="http://www.sesvenna.it">www.sesvenna.it</a>	Tel. 0473 830 234 Cellulare 347 954 106 9
<b>Rifugio Similaun</b> – Val Senales – Vernago – <a href="http://www.similaunhuette.com">www.similaunhuette.com</a>	Tel. 0473 669 711 Tel. +43 525 430 122 (telefono a valle)
<b>Rifugio Petrarca</b> (Stettiner Hütte) – Plan in Passiria 11 – <a href="http://www.13h.de/it/13-rifugi/rif-petrarca/">www.13h.de/it/13-rifugi/rif-petrarca/</a>	Tel. 0473 424 244 Cellulare 347 874 280 5
<b>Rifugio Tabaretta</b> - Solda 131 - <a href="http://www.tabaretta.com">www.tabaretta.com</a>	Cellulare 347 261 487 2 Tel. 0473 613 187 (telefono a valle)
<b>Casera di Fuori</b> – Val di Fosse 6 – <a href="http://www.jaegerrast.com">www.jaegerrast.com</a>	Tel. +39 0473 679 230
<b>Rifugio Pio XI</b> - Vallelunga 1 <a href="http://www.weisskugel.it">www.weisskugel.it</a>	Tel. 0473 633 191 Cellulare +43 664 533 892 3 Cellulare +43 664 515 799 0
<b>Zielalm</b> – Valle di Tel – Parcines	Tel. +39 0473 968 222
<b>Rifugio Nino Corsi (Zufallhütte)</b> – Hintermartell 197 <a href="http://www.zufallhuette.com">www.zufallhuette.com</a>	Tel. +39 0473 744 785 Cellulare 335 630 660 3
<b>Rifugio Plan</b> (Zwickauer Hütte) – Pfelders – <a href="http://www.zwickauerhuette.eu">www.zwickauerhuette.eu</a>	Tel. +39 0473 646 700 Cellulare 392 555 766 2 (Info inverno)

## Funivie, seggiovie, cabinovie

<b>Funivia Riogalundo</b> <a href="http://www.algund.eu">www.algund.eu</a>	500-1350 m	Tel. +39 0473 967 198
Aperta tutto l'anno - per gli orari vedi il sito.		
<b>Funivia Hirzer</b> <a href="http://www.hirzer.info">www.hirzer.info</a>	490-1404-1980 m	Tel. +39 0473 645 498
Aperta dalla settimana di Pasqua alla settimana di Ognissanti per gli orari vedi il sito.		
<b>Funivia Taser</b> <a href="http://www.taseralm.com">www.taseralm.com</a>	820-1450 m	Tel. +39 0473 945 615
Aperta dalla settimana di Pasqua alla settimana di Ognissanti e durante le vacanze di Natale - per gli orari vedi il sito.		
<b>Funivia Verdins - Tall</b> <a href="http://www.verdins.it">www.verdins.it</a>	840-1450 m	Tel. +39 0473 949 450
Aperta dalla settimana di Pasqua alla settimana di Ognissanti per gli orari vedi il sito.		
<b>Funivia Meran 2000</b> <a href="http://www.meran2000.com">www.meran2000.com</a>	665-1900 m	Tel. +39 0473 234 821
Aperta stagionale da aprile - Ognissanti e da dicembre fino inizio marzo per gli orari vedi il sito.		
<b>Funivia Tirolo - Alta Muta</b> <a href="http://www.seilbahn-hochmuth.it">www.seilbahn-hochmuth.it</a>	650-1323 m	Tel. +39 0473 923 480
Aperta tutto l'anno - per gli orari vedi il sito.		



**FUNIVIA  
ASCHBACH**  
522 ↗ 1.349m

Direttamente presso la stazione di  
Rablà del Treno Val Venosta

### APERTO TUTTO L'ANNO

Dal 1° maggio al 15 ottobre  
orario continuato dalle 8 alle 19

Dal 16 ottobre al 31 marzo  
ogni mezz'ora dalle 8 alle 12  
e dalle 13 alle 18.30  
(dal 1° aprile fino alle 19)

**GRATUITO**  
con la GuestCard di Lagundo

**Stazione a valle**  
Tel. +39 0473 967198



**COMUNE DI LAGUNDO**  
[www.funiviaaschbach.it](http://www.funiviaaschbach.it)

**NOVITÀ**  
WEBCAM ASCHBACH LIVE





<b>Funivia Lana - S. Vigilio</b> <a href="http://www.vigilio.com">www.vigilio.com</a>	295-1486 m	Tel. +39 0473 561 333
Aperta quasi tutto l'anno (chiuso il mese novembre) - per gli orari vedi il sito.		
<b>Funivia Vilpian - Meltina</b>	295-1030 m	Tel. +39 0471 668 053
Aperta tutto l'anno - per gli orari vedi il sito.		
<b>Funivia Postal - Verano</b>	226-1170 m	Tel. +39 0473 278 187
Aperta tutto l'anno - per gli orari vedi il sito.		
<b>Funivia Val Senales</b> <a href="http://www.schnalstal.com">www.schnalstal.com</a>	2010-3200 m	Tel. +39 0473 662 171
Aperta stagionale da fine giugno a metà settembre (estate) e da novembre fino ai primi di maggio (inverno) - per gli orari vedi il sito.		
<b>Funivia San Martino Laces</b> <a href="http://www.bergbahnen-latsch.com">www.bergbahnen-latsch.com</a>	640-1740 m	Tel. +39 0473 622 212
Aperta tutto l'anno - per gli orari vedi il sito.		
<b>Funivie Solda all'Ortles</b> <a href="http://www.seilbahnsulden.it">www.seilbahnsulden.it</a>	1900-2610 m	Tel. +39 0473 613 047
Aperta stagionale da fine giugno a inizio ottobre e da fine novembre ai primi di maggio - per gli orari vedi il sito.		
<b>Funivia dello Stelvio</b>	2760-3450 m	Tel. +39 0342 903 223
Aperta da giugno a novembre.		
<b>Funivia Unterstell - Naturno</b> <a href="http://www.unterstell.it">www.unterstell.it</a>	545-1300 m	Tel. +39 0473 668 418
Aperta tutto l'anno - per gli orari vedi il sito.		
<b>Funivia Texel Parcines</b> <a href="http://www.texelbahn.com">www.texelbahn.com</a>	633-1544 m	Tel. +39 0473 968 295
Aperta da fine marzo a novembre - per gli orari vedi il sito.		

## Seggiovie

<b>Seggiovvia Lagundo - Velloi</b>	450-980 m	Tel. +39 0473 448 532
Aperta dalla settimana di Pasqua alla settimana di Ognissanti.		
<b>Cestovia Velloi-Leiteralp</b>	980-1555 m	Tel. +39 0473 448 532
Aperta dalla settimana di Pasqua alla settimana di Ognissanti.		
<b>Seggiovvia Talle Grube Scena/Hirzer</b>	1.450-1.808 m	Tel. +39 0473 949 535
Aperta dalla settimana di Pasqua alla settimana di Ognissanti.		

Zona Ortles >>>

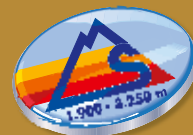


WEB&GSA - Foto: SBS - Fotogrammi Ortlesgebiet, Drexler

# Solda | Trafoi

Il paradiso escursionistico alpino di prima classe

- Funivie Solda** Rifugio Madriccio \_2.800 m  
Ristorante a monte \_2.600 m
- Seggiovvia Pulpito** Ristorante a monte \_2.350 m
- Seggiovvia Orso** Ristorante a monte K2 \_2.350 m
- Seggiovvia Trafoi** Rifugio Forcola \_2.200 m



Funivie Solda | Tel. +39 0473 613047  
[www.funiviesolda.it](http://www.funiviesolda.it)

**Seggiovia Merano – Tirolo** 320-500 m Tel. +39 0473 923 105  
[www.panorama-tirol.it](http://www.panorama-tirol.it)

Aperta dalla settimana di Pasqua alla settimana di Ognissanti  
 Per gli orari vedi il sito.

**Cabinovia Falzeben - Merano 2000** Tel. +39 0473 234 821  
[www.meranzoo.com](http://www.meranzoo.com) 1620-1905 m

Aperta da metà dicembre ad aprile e da giugno a novembre.  
 Per gli orari vedi il sito.

**Seggiovia Mittagier** 1960-2260 m Tel. +39 0473 234 821  
[www.meranzoo.com](http://www.meranzoo.com)

Aperta da metà dicembre ad aprile e da giugno ad ottobre.  
 Per gli orari vedi il sito.

**Cabinovia Grünboden Express - Plan** Tel. +39 0473 646 721  
[www.pfelders.info](http://www.pfelders.info) 1601-2001 m Tel. +39 348 661 605 0

Aperta da metà giugno a inizio ottobre e da dicembre ad aprile.  
 Per gli orari vedi il sito.

**Cabinovia Schwemmalm** 1250-2150 m Tel. +39 0473 795 390  
[www.schwemmalm.com](http://www.schwemmalm.com)

Aperta da fine maggio a fine ottobre e da metà dicembre ai primi di aprile.  
 Per gli orari vedi il sito.

**Seggiovia Lazaun Val Senales** 1999-2430 m Tel. +39 0473 662 171  
[www.schnalstal.com](http://www.schnalstal.com)

Aperta da dicembre ad fine aprile e da fine giugno a metà settembre  
 Per gli orari vedi il sito.

**Seggiovia S.Vigilio Lana** 1520-1812 m Tel. +39 320 156 289 8  
[www.vigilio.com](http://www.vigilio.com)

Aperta quasi tutto l'anno. Per gli orari vedi il sito.

**Seggiovia Malga di Tarres Laces** 1180-1940m Tel. +39 0473 623 109  
[www.bergbahnen-latsch.com](http://www.bergbahnen-latsch.com)

Aperta da maggio ad ottobre. Per gli orari vedi il sito.

**Seggiovia Watles Burgusio** 1740-1950 m Tel. +39 0473 831 199  
[www.watles.net](http://www.watles.net)

Aperta da metà dicembre ad fine marzo e da giugno a Ognissanti.  
 Per gli orari vedi il sito.

**Seggiovia Trafoi Rifugio Forcola –** 1540-2170 m Tel. +39 0473 611 577  
[www.seilbahnsulden.it](http://www.seilbahnsulden.it)

Aperta da da giugno a ottobre. Per gli orari vedi il sito.

**Seggiovia Pulpito Solda** 1900-2350 m Tel. +39 0473 613 097  
[www.seilbahnsulden.it](http://www.seilbahnsulden.it) Tel. +39 0473 613 073

Aperta da metà giugno a fine settembre. Per gli orari vedi il sito.

**Seggiovia Orso Langenstein Solda** 1900-2330 m Tel. +39 0473 613 047  
[www.seilbahnsulden.it](http://www.seilbahnsulden.it) Tel. +39 0473 613 073

Aperta da metà giugno a fine settembre. Per gli orari vedi il sito.

Salvo cambiamenti!

# FUNIVIA UNTERSTELL • NATURNO



**Monte Sole di Naturno**  
 Tel. +39 0473 66 84 18 - [www.unterstell.it](http://www.unterstell.it)



# Consigli per escursionisti

Gentile ospite,

Lagundo è una vera perla per gli amanti della natura e dell'escursionismo. Vi attendono ca. 160 km di sentieri escursionistici ottimamente segnati, ad un'altitudine compresa tra i 350 m e 3000 m. C'è solo l'imbarazzo della scelta tra sentieri facili e pianeggianti oppure percorsi più impegnativi: un'esperienza veramente indimenticabile. Un'occasione unica per camminare in tranquillità, respirare aria pura, ammirare vegetazione, fauna e scorci panoramici che non temono confronti.

Vi offriamo una panoramica dei sentieri più belli, le gite più suggestive ed escursioni in quota entusiasmanti. Informazioni dettagliate e consigli relativi ai percorsi presso l'Associazione Turistica di Lagundo.

## LE "6" REGOLE BASE DELL'ESCURSIONISTA

### Pianificazione dell'escursione e preparazione

La vera preparazione dell'escursione inizia a casa con l'aiuto di carta topografica e lettura della descrizione dell'escursione che si desidera effettuare. E' utile informarsi sul grado di difficoltà dell'escursione, la quota e la durata di camminata presso i rifugi, le guide alpine, il gestore dell'esercizio che vi ospita oppure l'Associazione Turistica.

### Scelta dell'equipaggiamento e abbigliamento

Affrontare la montagna sempre ben equipaggiati. Fare attenzione al giusto abbigliamento, portare con sé bibite/viveri e tutto ciò che serve in montagna. Fare attenzione a non riempire lo zaino con cose inutili. È utile portare anche una cassetta di pronto soccorso.

### Effettuare l'escursione

Effettuare l'escursione in compagnia è sempre più sicuro. È buona regola partire di buon'ora e di camminare in tranquillità. Fermarsi e riposare ad intervalli regolari. Durante le soste bere e mangiare a sufficienza.

### Attenzione alle condizioni atmosferiche

Prima di partire studiare le condizioni atmosferiche. Osservare lo sviluppo delle condizioni atmosferiche anche durante l'escursione.

### Responsabilità

La propria condizione fisica determina la meta giornaliera. L'escursione deve essere programmata nel rispetto della condizione fisica dell'intero gruppo.

### Rispetto, prudenza e buon senso

In caso di difficoltà inaspettate oppure in situazioni dubbie è sempre meglio tornare indietro e non correre rischi inutili. L'escursionista deve mettere in primo piano ragionevolezza e valutazione delle proprie capacità fisiche.



**Funivia**  
**HIRZER**  
**Centro escursioni**

**Partenza da Saltaus - Saltusio (Val Passiria) ogni mezz'ora**  
dalle ore 8.30 fino alle ore 17.30  
**(dal 15 giugno al 30 settembre fino alle ore 18.30)**  
Riduzione con la GuestCard  
Ben raggiungibile con i mezzi pubblici

**HIRZER**

**Tel. 0473 645 498 – [www.hirzer.info](http://www.hirzer.info)**

### Tutela ambientale

La natura è un bene che appartiene a tutti e mantenere intatta la sua bellezza è un dovere per ogni escursionista. I rifiuti devono essere portati a valle ed è d'obbligo rispettare gli animali e la vegetazione. Gli escursionisti che passeranno dopo di voi ve ne saranno grati.

Il comune di Lagundo s'impegna a mantenere sentieri, tabelle segnaletiche e panchine nel miglior stato possibile. Un impegno non facile che necessita anche dello sforzo degli escursionisti ed amanti della natura. Per questo motivo vi chiediamo gentilmente di segnalarci qualsiasi mancanza in modo da poter porre rimedio immediatamente.

Tutte le indicazioni fornite sono state verificate. Tuttavia non possiamo assumerci la responsabilità della completezza delle informazioni riportate. Vi chiediamo gentilmente di volerci indicare eventuali errori oppure segnalarci eventuali aggiunte.





## Escursioni con i bambini

### Sentiero didattico Riolagundo

Il sentiero didattico di Riolagundo è un percorso molto vario e punteggiato da diverse tavole informative che permettono di conoscere il bosco e il suo ecosistema, la sua flora e la sua fauna. Il sentiero didattico affronta in maniera ludica ed esperienziale il tema “bosco” sotto molteplici aspetti. Si tratta di un percorso circolare adatto alle famiglie e ai bambini, che regala splendidi panorami sul Parco Naturale Gruppo di Tessa.

**Partenza:** sopra la stazione a monte della funivia Riolagundo

**Durata:** 1,5 ore

**Punti di ristoro:** sì

### Sentiero enodidattico-tematico vicino al Schlundensteinweg

I vigneti sui pendii lungo la roggia di Lagundo (waalweg di Lagundo) e intorno al sentiero Schlundenstein sono un bell'esempio di paesaggio nato dalla pazienza e dall'impegno dei contadini, un paesaggio che con la sua posizione, la varietà di colture e di panorami è uno degli angoli più interessanti del Burgraviato. Il sentiero enodidattico-tematico si sofferma sui tratti salienti di questo territorio approfondendone gli aspetti storici, culturali e naturalistici attraverso tavole apposte lungo il percorso: a forma di foglia di vite, eleganti e in armonia con l'ambiente circostante, hanno l'obiettivo non solo di informare, ma anche di conservare una parte di quella cultura della tradizione che andrebbe altrimenti dimenticata.

**Durata:** 1,5 ore

**Punti di ristoro:** sì

### Sentiero dello scoiattolo a Marlengo

È un sentiero naturalistico e di avventure nel bosco, per bambini ma anche per adulti curiosi: le 23 stazioni sono caratterizzate da giochi ed attività interattive, dai giochi in legno ai percorsi ad alta fune, da attività di arrampicata e di equilibrio, ma anche di zone per sedersi a riposare o a fare un picnic. I cartelli informativi raccontano tante curiosità sugli animali del bosco e propongono piccoli quiz sul tema natura. Il sentiero si raggiunge in 20 minuti partendo dal centro del paese verso il Waalweg di Marlengo e seguendo le indicazioni con lo scoiattolo.

**Partenza:** dal parcheggio del ristorante Waldschenke nei pressi del Waalweg di Marlengo

**Percorso:** circuito con 23 stazioni, facilmente percorribile

**Punti di ristoro:** sì

### Sentiero della castagna a Foiana

Il sentiero è adatto a tutti e consigliabile soprattutto in autunno, ma è anche una bella avventura in primavera ed estate. Presenta 10 stazioni tematiche che raccontano la vita del castagno con materiale fotografico, informazioni e giochi.

**Partenza:** parcheggiare in centro a Foiana, seguire il sentiero “prevo-sto Wieser” fino ad un piccolo incrocio, qui svoltare a destra. Il percorso è ad anello.

**Durata:** 1-2 ore

**Sentiero:** strada asfaltata, strada forestale, sentiero nel bosco

**Passeggino:** da trekking – non arriva dappertutto

### Percorso internazionale del feltro artistico a Tesimo

Lungo il tracciato circolare sono esposte opere di vari artisti da tutto il mondo, realizzate esclusivamente con lana di pecore altoatesine. Tutte le opere sono inserite armoniosamente nel paesaggio naturale circostante.

**Partenza:** sopra la Scuola Frankenberg

**Durata:** 1 ora

**Punti di ristoro:** sì



### Sentiero “Passerschluhtenweg” in Val Passiria

Il sentiero si snoda lungo le rive del Passirio e attraverso il bosco, lungo pareti rocciose e cascate, in parte su passerelle sospese sul corso dell'acqua. Uno spettacolo naturale unico!

**Partenza:** Campo sportivo a San Leonardo

**Durata:** circa 5 ore (dalla gola a Moso e ritorno)







## ESCURSIONI CON IL PASSEGGINO

Il paesaggio intorno a Lagundo è molto vario ed è adatto in particolar modo ad escursioni e passeggiate con i bambini, alcuni sentieri sono percorribili anche con il passeggino.

### Passeggiata lungo Passirio a Merano

Le Passeggiate vanno dal Ponte Teatro fino al Ponte della Posta e costeggiano il fiume Passirio. La parte inferiore, più stretta, semplice e naturale, va da Ponte Teatro al ponte di ferro della ferrovia.

### Passeggiata d'Estate a Merano

Sulla sponda sinistra del Passirio si trova un grande parco con una vegetazione lussureggiante caratterizzata da alberi secolari. Numerosi sentieri ombreggiati portano fino al cosiddetto Ponte Romano in pietra. All'inizio del percorso si trova il Parco Sissi, con il monumento all'imperatrice d'Austria, assidua ospite della città di cura di Merano.

### Passeggiata d'Inverno a Merano

Situata sulla sponda destra del Passirio, esposta al sole, questa passeggiata è caratterizzata da un padiglione liberty in legno e ferro con affreschi e busti di personaggi storici e personalità altoatesine (Wandelhalle).



### Passeggiata Gilf a Merano

È una passeggiata che si snoda su entrambe le sponde del Passirio e che conduce alla forra dove il fiume passa tra le strette pareti rocciose di Monte San Zeno. In cima alla passeggiata, proprio sotto Castel San Zeno, si possono ammirare da una piccola terrazza a strapiombo sulla gola del Passirio le cascate e le rapide del fiume che qui entra a Merano. Con una breve e ripida salita si raggiunge poi la Torre Polveriera, da dove poter ammirare il panorama sull'intera città e sulla valle dell'Adige. Dalla Torre Polveriera comincia la Passeggiata Tappeiner.

### Passeggiata Tappeiner a Merano

Questo sentiero, che si snoda sulle colline di Merano, è certamente una delle passeggiate più belle d'Europa. Il percorso è soleggiato e si trova mediamente a 380 m s.l.m. Oltre a un fantastico panorama su Merano e sui dintorni, questa passeggiata permette di scoprire la varietà della flora di questo territorio, che va dalla vegetazione alpina alle piante mediterranee, dalle specie indigene a quelle esotiche: palme e bambù, diverse varietà di cactus, eucalipti, corbezzoli e palme del Giappone. Sono quattro chilometri che corrono a mezzacosta sui pendii di Monte Benedetto dalla Passeggiata Gilf fino a Quarazze, dove si può prendere il Sentiero d'Acqua di Lagundo (Waalweg, non adatto ai passeggini).



### Sentiero Sissi a Merano

Il Sentiero Sissi è un percorso molto suggestivo che va dai giardini di Castel Trauttmansdorff fino in centro a Merano, passando per i luoghi amati dall'imperatrice, tra le ville e residenze eleganti di Maia Alta, i parchi secolari e i gli angoli ricchi di storia dei quartieri medievali della città.

**Sentiero:** strada asfaltata

**Durata:** circa 1 ora

### Laghetto Schwarze Lacke a San Vigilio

A Lana si prende la funivia San Vigilio e si arriva alla stazione a monte (1.450 m), da qui il sentiero conduce su per un'agevole salita passando attraverso un rado bosco di larici. Dopo circa 1 ora e un quarto si arriva a S. Vigilio (1.743 m), poi si prosegue per circa tre quarti d'ora fino al laghetto Schwarze Lacke.

**Sentiero:** strada forestale - sterrato

**Durata:** circa 3 ore e mezza

**Passeggino:** da trekking

### Sentiero naturalistico Vorbichl

Partendo dalla fermata dell'autobus nel paese di Prissiano, sopra Lana, si seguono le indicazioni fino a raggiungere il Sentiero naturalistico Vorbichl. Sempre seguendo il simbolo dell'erica, si arriva a varie stazioni didattiche, che raccontano in maniera ludica la varietà della flora e della fauna. Una di queste stazioni ad esempio fa conoscere meglio il suono del legno di bosco (xilofono). Alla fine e all'inizio del percorso vi è un laghetto (biotopo), dove fermarsi per un pic-nic (tavoli e panche sul posto). Diversi giochi rendono la sosta divertente anche per i bambini.

**Partenza:** dalla fermata del bus a Prissiano

**Sentiero:** comodo sentiero nel bosco

**Durata:** circa 1 ora e mezza

**Passeggino:** da trekking

### Da Merano 2000 al rifugio Meraner Hütte

Raggiunto Falzeben in auto, parcheggiare e seguire la strada forestale in direzione Zueggthütte, proseguire fino al Rifugio Parete Rossa/Rotwandhütte e poi sul sentiero n. 14 verso il rifugio Meraner Hütte. Poco prima di arrivare al rifugio si passa davanti alla malga Kirchsteiger Alm (1.945 m).

**Sentiero:** strada forestale - sterrato

**Durata:** circa 2 ore e mezza

**Passeggino:** da trekking



## Il Sentiero d'acqua di Lagundo e altri sentieri delle rogge nei dintorni

### Il Sentiero d'acqua di Lagundo (Waalweg di Lagundo)

Il Waalweg di Lagundo è un sentiero che segue il corso della roggia irrigua e si snoda quasi interamente in piano. È lungo 5 km e offre bellissimi punti panoramici sulla Val d'Adige. Da un lato, quello occidentale, il sentiero parte dal parcheggio davanti al ponte di Tel (Töllgrabenbrücke), raggiungibile con l'auto o con il bus di linea Lagundo-Parcines (213), e, attraverso Plars di Sopra e Plars di Mezzo conduce al pittoresco paesino di Lagundo Vecchia. La parte orientale del sentiero comincia al paese vecchio di Lagundo, e, attraverso vigneti e frutteti, conduce a Quarazze, alla chiesetta di S. Maddalena. A Quarazze si può proseguire il cammino lungo la Passeggiata Tappeiner e arrivare fino a Merano. La roggia convoglia le acque del fiume Adige che servono a irrigare i campi contigui ed è in funzione da aprile a fine ottobre.

**Punto di partenza:** Töllgraben

**Percorrenza:** 2 ore

**Dislivello:** 130 m

**Punti di ristoro:** sì

### I Sentieri d'acqua meranesi

Il percorso dei Sentieri d'acqua meranesi collega ben undici waal e i relativi sentieri ed è lungo 80 km. L'intero percorso corre intorno alla conca cittadina e alla bassa Val Venosta, ad altitudini tra i 400 e i 900 m s.l.m.. Il tour può essere frazionato in otto tappe e così si può effettuare un'escursione al giorno per 8 giorni, ammirando non solo la natura, ma anche i castelli, le chiese e i panorami fantastici.

### Roggia di Marleno (Marlinger Waalweg)

Lungo 12 km, il Sentiero dell'acqua di Marleno è il più lungo Waalweg dell'Alto Adige. Il sentiero inizia alla chiusa dell'Adige a Tel e conduce attraverso Lagundo – Marleno – Cermes fino a Lana. È sempre possibile fermarsi nei paesini sopraelencati, accorciare la gita e ritornare a Lagundo con l'autobus di linea Lana-Merano-Foresta oppure ritornare lungo il sentiero percorso per l'andata. La Roggia di Marleno con la sua magnifica veduta su



  
**LEITER  
AM WAAL**  
gustoso

Martedì  
giorno di  
riposo

Loc. Plars di Mezzo 26  
I-39022 Lagundo  
T. +39 0473 448716  
info@leiteramwaal.it  
**www.leiteramwaal.it**

Merano è raggiungibile da Lagundo in tre punti:

1. Forster Steg - Moser Hof - Obermair (salita ripida, mezz'ora circa)
2. Forster Steg – Via Birreria – Centrale elettrica di Foresta
3. da Plars di Mezzo (Mitterplars) – Ponte di Tel – Chiusa sull'Adige.

**Punto di partenza:** Tel

**Percorrenza:** 3-4 ore

**Dislivello:** 130 m

**Punti di ristoro:** sì

### Waalweg di Parcines

La roggia di Parcines è una delle più antiche del Burgraviato, il sentiero venne costruito nel XV secolo dai Conti von Stachelburg. Con l'autobus di linea per Parcines (213) o con l'auto si raggiunge il centro di Parcines. Il sentiero della roggia inizia a circa mezz'ora di cammino dalla piazza della chiesa. Si parte da via Sonnenberg, attraversando il ponte sospeso, passando poi per il maso Winkler e seguendo il sentiero n°1 in direzione nord. Dalla frazione Salten si prosegue seguendo l'indicazione "Waalweg" in direzione est, dove alla fine si prende il sentiero n°7A che porta a Parcines. Variante: prendendo l'autobus n. 265 da Parcines in direzione cascata di Parcines e scendendo alla fermata Waalweg/Salten si risparmia circa mezz'ora di camminata.

**Punto di partenza:** Parcines, in centro

**Percorrenza:** 2 ore

**Dislivello:** 200 m

**Livello:** facile

**Punti di ristoro:** sì





## Waalweg di Maia

Con l'autobus si raggiunge Merano e poi seguendo la Passeggiata (parte alta) si attraversa il Passirio sul Ponte Romano. Attraversata la Statale della Passiria si imbecca il vicolo Lazago, che porta in via Planta e al maso Ofenbauer, da dove comincia il waalweg di Maia. Alla fine del Sentiero dell'acqua bisogna attraversare il ponte sul Passirio per raggiungere il paese di Salsusio. Da qui si può fare ritorno a Merano con il bus.

**Punto di partenza:** Steinerne Steg/Ponte romano

**Percorrenza:** 2-3 ore

**Dislivello:** 170 m

**Punti di ristoro:** sì

## Waalweg di Scena

Con l'autobus della linea urbana 1A si raggiunge la stazione a valle della funivia Ivigna (Merano 2000). Dalla fermata dell'autobus si percorre la statale per Avelengo e la si attraversa, passando sul lato sinistro. Seguire le indicazioni "Schenner Waalweg": si passa da un maso vicino a Castel Vernaun, si attraversano i frutteti sopra San Giorgio e si arriva al Gasthof Pichler (822 m) – da Ivigna 1,5 ore circa. Da qui si sale fino al bivio con il sentiero nr. 12 per Scena: imboccarlo e seguirlo, poi prendere a sinistra il sentiero nr. 20 che porta al centro di Scena. Seguire la strada principale, passare davanti all'Hotel Schennerhof, svoltare poi a destra prendendo il sentiero nr. 10 e successivamente il tracciato 10 A verso Merano. Arrivati in mezzo ai frutteti seguire le indicazioni per "Stickle Gasse", giungendo in via delle Piantie proseguire in via Planta – via Virgilio – vicolo Lazago – Passeggiata d'Estate (1 ora da Scena).

**Itinerario:** Ivigna – Waalweg di Scena - Scena – Merano

**Punto di partenza:** Ivigna

**Percorrenza:** circa 3 ore

**Dislivello:** 180 m

**Livello:** facile

**Punti di ristoro:** sì

## Waalweg di Caines

Dal paese di Caines, sito all'inizio della Val Passiria, si cammina fino al Gasthof Ungericht (Schalenstein). Poi si prosegue per 10 minuti lungo la strada in salita per il Mutlechnerhof (837 m), e seguendo le indicazioni si raggiunge in 15 minuti il Sentiero dell'acqua di Caines.

Come la maggior parte dei Waalwege, anche quello di Caines, che ha più di 600 anni, ha un andamento prevalentemente pianeggiante, e in circa 90 minuti di passeggiata si arriva al suo punto di origine nei pressi del rio Finelebach. Passato un piccolo ponte, si prosegue alla destra del Waalweg per qualche centinaio di metri, scendendo lungo la valle, poi si curva a sinistra fino al percorso inferiore del Waalweg, che riporta al punto di partenza.

**Itinerario:** Caines - Gasthof

Ungericht - Mutlechnerhof - Waalweg di Caines - Longfall - Waalweg inferiore - Caines

**Punto di partenza:** Caines

**Percorrenza:** ca. 2,5 ore

**Lunghezza complessiva:** 5 km

**Difficoltà:** facile

**Punti di ristoro:** sì

# Passeggiate ed escursioni facili

## Sentiero Burgweg – Sentiero Ochsentod – Castel Tirol

Il Sentiero Burgweg inizia in prossimità della stazione a valle della seggiovia per Velloi, a Plars di Mezzo, attraversa dopo una leggera salita il Rio Grabach e poi si inerpica a destra, dopo il Blumenthalerhof. Seguire il sentiero lastricato Ochsentod, e poi percorrere la strada in piano fino a Castel Thurnstein, poi salire verso S. Pietro e Castel Tirol. Ritorno: discesa ripida passando per Castel Fontana oppure passando per Tirol (Sentiero Gnaid) a Quarazze e poi a Lagundo.

**Percorrenza:** circa 2,5 ore.

**Dislivello:** 275 m

**Punti di ristoro:** sì

## Lagundo – Castel Plars – Schlundenstein

Il giro inizia nei pressi della Latteria Sociale di Lagundo percorrendo il sentiero n. 7 che porta attraverso Plars di Mezzo a Castel Plars fino al sentiero della roggia. Qui inizia lo Jägersteig (sentiero n. 21) che passando per il bosco porta allo Schlundenstein (grande roccia dell'epoca glaciale). Qui si svolta a destra e si prosegue in discesa fino al Café Konrad (sentiero n. 25 A), svoltare ancora una volta a destra e continuare sul Burgweg che porta a Plars di Mezzo fino alla stazione a valle della seggiovia di Velloi. Da lì si ritorna al centro del paese seguendo la strada principale. In alternativa partendo dallo Schlundenstein si può percorrere la strada a destra fino al sentiero Ebeneicher e raggiungere dopo circa 1 km il ristorante Ebeneicher (sentiero n. 25). Da qui si scende lungo il sentiero di Velloi e passando per il paese vecchio di Lagundo si arriva in centro.

**Punto di partenza:** Latteria di Lagundo

**Percorrenza:** 2 ore

**Dislivello:** 200 m

**Livello:** medio

**Punti di ristoro:** sì



## Lagundo – Sentiero Grabbach – Velloi

Chi vuole raggiungere Velloi affrontando la salita deve essere in buona forma. Al cimitero svoltare a sinistra, proseguire fino al ruscello Grabbach, percorrere il sentiero lungo il ruscello fino al “Waalweg” poi svoltare a sinistra, attraversare il ruscello e dopo pochi metri svoltare a destra sulla strada asfaltata che porta al maso Blumenthaler. Dopo il quarto ponte svoltare a sinistra in direzione del Maso Blumenthaler (n. 25) e salire fino al ristorante Ebeneich. Svoltare poi a destra e proseguire fino al Maso Birbamegg passando per il frutteto. I sentieri n. 25 e n. 26 portano alla Chiesa di Velloi passando per il bosco. Stupenda vista panoramica sull'intero Burgraviato. Ritorno da Velloi con il bus di linea.

**Punto di partenza:** Lagundo

**Percorrenza:** 2-3 ore

**Dislivello:** 616 m

**Livello:** salita faticosa

**Punti di ristoro:** sì



## Lagundo – Sentiero Ochsentod – S. Pietro – Velloi

Da Lagundo Paese salire lungo il sentiero Grabbach, poi prima del maso Blumenthaler prendere a destra il sentiero Ochsentod fino al Maso Unter-Ötzbauer (520 m); al segnale di Velloi svoltare a sinistra e proseguire lungo il sentiero in salita che attraversa il bosco passando per il Kronsbiel. Poi attraversare ancora una volta il ruscello Grabbach e raggiungere il maso Birbamegg. Dopo alcune curve si arriva all'osteria Oberlechner a Velloi e alla Chiesetta della S.S. Trinità con veduta mozzafiato. Ritorno: lungo il Jägersteig

ed il sentiero Schlundenstein oppure con l'autobus di linea o con la seggiovia fino a Plars di Mezzo.

**Punto di partenza:** Lagundo

**Percorrenza:** 2,5 ore in salita

**Dislivello:** 620 m

**Livello:** salita faticosa, discesa piuttosto ripida

**Punti di ristoro:** sì

## Alta Via di Marlengo

L'Alta Via di Marlengo è la passeggiata ideale per le calde giornate estive, poiché il sentiero è esposto a nord-est sul pendio del Monte Marlengo. È raggiungibile passando per il viottolo di Foresta, svoltando a destra in via Birreria, passando davanti alla centrale elettrica e salendo verso il maso Rastbichler, da dove si prosegue sopra i prati verso sinistra in direzione Monte S. Giuseppe (ex eremitaggio). Il sentiero passa davanti al maso Buchlechner e conduce fino al rifugio Senn am Egg. La continuazione dell'Alta Via di Marlengo passa vicino ai Masi Holzmaier e Robele e scende alquanto ripidamente fino al Waalweg di Marlengo, ideale per fare ritorno a Lagundo.

**Punto di partenza:** Lagundo

**Percorrenza:** 4-5 ore

**Dislivello:** 350 m

**Livello:** salita di media difficoltà - discesa a tratti molto ripida

**Punti di ristoro:** sì

## La cascata di Parcines

Partendo dalla Latteria Sociale di Lagundo seguire il sentiero n. 7 che porta a Plars di Mezzo - Plars di Sopra - Molino Saxner, svoltare poi a sinistra in direzione di Parcines. Successivamente dall'albergo Niedermair si raggiunge il Waalweg di Parcines e lo si percorre fino alla Valle di Tel (Zieltal). A questo punto immettersi sul sentiero n. 8 che porta al Birkenwald. Si può continuare sul sentiero n. 8 fino all'albergo Wasserfall oppure svoltare a sinistra e salire alla cascata. La cascata di Parcines è una delle più suggestive dell'arco alpino, con un salto di ben 97 metri. Le sue acque si gettano da una parete di roccia in una profonda gola. Ritorno: da Parcines sul sentiero delle Saghe/Waalweg fino a Plars di Sopra; sentiero n. 7 fino a Plars di Mezzo e Lagundo centro.

**Punto di partenza:** Latteria di Lagundo

**Percorrenza:** 4-6 ore

**Dislivello:** 750 m

**Livello:** necessita di resistenza

**Punti di ristoro:** sì

# Escursioni e tour in montagna

## Sentiero Saxner – Sentiero Kienegger – Velloi

Si raggiunge Plars di Sopra con l'autobus per Velloi oppure a piedi camminando lungo il sentiero n. 7. Si prosegue sul Sentiero Saxner n. 26° e poi si prende il sentiero Kienegger, a sinistra, che sale molto ripidamente attraverso il bosco fino alla trattoria Kienegger (1101m), sopra Velloi. La vista sulla valle è stupenda. Per il ritorno seguire il sentiero n. 26 verso Velloi. Qui vale la pena visitare la chiesetta e poi si può ritornare a Lagundo con il bus di linea o con la seggiovia fino a Plars di Mezzo.

**Punto di partenza:** Velloi

**Percorrenza:** 3-5 ore

**Dislivello:** 751 m

**Livello:** impegnativa

**Punti di ristoro:** sì

## Rifugio Leiter – Rifugio del Valico – Gamplweg – Vellau

È un'escursione impegnativa: si prende la cabinovia che porta alla Malga Leiter, poi il sentiero del Valico n° 24 fino al Rifugio del Valico. Al ritorno si scende dal Rifugio del Valico sul sentiero di Parcines n° 7 fino alla „Gamplwiese“ (ca. 20 min.), si svolta a sinistra, raggiunto il „Telgraben“ lo si attraversa e si cammina sul sentiero n. 26 fino al rifugio Oberplatzler. Da lì scendere al Rifugio Kienegger fino a Velloi. Chi non è in così buona forma evita l'impegnativo sentiero Gamplweg e ritorna sullo stesso sentiero dal Rifugio del Valico al Rifugio Leiter.

**Punto di partenza:** Malga Leiter

**Percorrenza:** 4-5 ore

**Dislivello:** 400 m in salita e 900 m in discesa

**Livello:** difficile

**Punti di ristoro:** sì





## Malga Leiter – Taufenjoch – Jägersteig – Steinegg

Prendere la cabinovia da Velloi fino al Rifugio Leiter, da lì camminare sul sentiero n° 24 fino a una malga. Poco sopra, a destra, inizia il sentiero n. 25 che raggiunge prima il Gampen e poi continua a serpentina, attraversando il Taufen, fino alla forcella Tauferscharte (2.230 m, Karjoch). Scendere a sinistra della forcella (ca. 20 min.) fino ad una roccia solitaria, dove ha inizio lo Jägersteig sentiero n. 25 che porta sul versante nord dei Monti della Muta fino al Rifugio Mutkopf (1.648 m). Dal Rifugio Mutkopf scendere al Rifugio Steinegg (sentiero n. 22), svoltare a destra e ritornare al Rifugio Leiter sull'Alta Via di Merano n. 24. Prendere la cabinovia per Velloi e da qui proseguire con la seggiovia oppure con l'autobus di linea fino a Lagundo.

**Punto di partenza: Malga Leiter**

**Percorrenza: 5-7 ore**

**Dislivello: 1.324 m**

**Livello: la prima parte è ripida – la seconda è piuttosto in salita, ci vuole passo sicuro e una buona forma fisica**

**Punti di ristoro: sì**

## Cima Muta

Dalla malga Leiter si prende l'Alta Via di Merano, si raggiunge l'albergo Steinegg e poi si segue il sentigno n. 22, che conduce al ristorante Mutkopf. Dopo circa mezz'ora di cammino tra pascoli verdi si arriva a un bivio: prendere a sinistra, sentigno n. 23. Il sentigno sale alla cima (2.295 m) lungo la cresta orientale. Dalla vetta si gode un panorama meraviglioso sull'area di Merano e dintorni, le cime del parco naturale Gruppo di Tessa, la Val Passiria, la Val d'Adige e la Val Venosta. Per il ritorno si segue il sentigno n. 23 verso ovest, raggiungendo dopo mezz'ora la forcella Tauferscharte. Qui tenere la sinistra e discendere lungo ripide serpentine fino alla malga Leiter.

**Punto di partenza: Malga Leiter**

**Percorrenza: 7 ore**

**Dislivello: 970 m**

**Livello: impegnativa**

**Punti di ristoro: sì**



## Valico – Cima Rosa

Dalla malga Leiter, raggiungibile da Velloi con la cabinovia, ci si incammina per il sentigno del Valico n. 24 fino al Rifugio del Valico (Schutzhaus Hochgang, 1.839 m), si svolta poi a destra sul sentigno n. 7 che porta al Valico (Hochgangscharte, 2.455 m). All'inizio la salita presenta delle serpentine e si raggiunge una sorgente, da lì il percorso è adatto solo ad escursionisti che non soffrono di vertigini in quanto ci sono dei passaggi esposti sulla roccia fino al Valico. Quindi si svolta a destra e si segue la segnaletica bianco-rossa marcata sulle rocce fino alla Cima Rosa (2.625 m, 4 ore di salita). Ritorno: stesso percorso (7 e 24) o in alternativa dal Nordkamm sul sentigno n° 6 al Lago Verde fino alla malga Casera superiore (Oberkaserhütte). Da lì si prende il sentigno n. 25 che porta alla Tauferscharte e scende fino al rifugio Leiter passando per il Gampen (altre 4 ore).

**Punto di partenza: Malga Leiter**

**Percorrenza: 8 ore**

**Dislivello: 1.120 m dalla malga Leiter**

**Livello: serve una buona forma fisica, assenza di vertigini e passo sicuro**

**Punti di ristoro: sì**

## Laghi di Sopranes

Dalla Malga Leiter si raggiunge il Rifugio del Valico (Hochganghaus), si prosegue lungo il sentigno n. 7, la cui parte superiore è alquanto esposta e ripida, le parti critiche sono dotate di corde fisse alle quali tenersi. Dopo questa salita difficile si raggiunge la forcella del Valico (Hochgangscharte) a 2.441 m, alle cui spalle si trova lo splendido paesaggio con i laghi di Sopranes. È un ambiente primordiale brullo e roccioso, dominato dal lago più grande dei dieci laghi alpini, il Lago Lungo. A sinistra troneggia lo (Cigot/Tschigat, 3.000 m) e a destra la Cima Rosa (Rötelspitze, 2.625 m). Seguendo la Valle di Sopranes si scende fino alla Malga Oberkaser, poi sul sentigno n. 25 si passa vicino ai laghi di Casera (Kaserlacke) e di Vizze (Pfitscherlacke), infine si sale al Giago di Quaira. La discesa è piuttosto ripida e piena di curve e riporta alla Malga Leiter.

**Punto di partenza: Malga Leiter**

**Percorrenza: 8 ore, Felsenweg di Velloi 1,5 ore**

**Dislivello: 900 m**

**Livello: indispensabile avere buona forma fisica, assenza di vertigini, passo sicuro**

**Punti di ristoro: sì**

## Valico – Alta Via di Merano – Osteria Nassereto – Parcines – Lagundo

Da Lagundo/Plars di Mezzo si prende la seggiovia per Velloi, poi la cabinovia verso la malga Leiter, qui si cammina seguendo l'Alta Via di Merano n.24 fino al Rifugio del Valico (Hochganghaus, 1,5 ore); si prosegue sul sentigno fino alla Malga Tablà (circa 1 ora) e poi si scende al Rifugio Nassereto. Dal Rifugio Nassereto si prosegue per lo Zietal fino a raggiungere Parcines (sentigno n. 8). In prossimità della cascata inizia una ripida discesa. Da Parcines si ritorna a Lagundo con l'autobus di linea.

**Punto di partenza: Malga Leiter**

**Percorrenza: 5-7 ore**

**Dislivello: 350 m in salita e 1.200 m in discesa**

**Livello: sono necessari passo sicuro e buona forma fisica**

**Punti di ristoro: sì**

## Felsenweg di Velloi

Il Felsenweg (sentiero roccioso) di Velloi inizia vicino alla chiesa di Velloi. Il sentiero n. 22 è in salita e passa per i prati a destra, poi prosegue passando per il bosco fino al Grabbachtal. Dopo aver attraversato il Grabbach si sale ripidamente, passando per il pendio e lungo le rocce fino al Rifugio Hochmutter (1.361 m). Anche se il sentiero è attrezzato (via ferrata) nelle parti esposte, questo tratto viene consigliato solo agli escursionisti che non soffrono le vertigini. Dal Rifugio Hochmutter si sali circa 100 m fino al Rifugio Steinegg (sentiero n. 24), si svolta a sinistra e si continua lungo l'Alta Via di Merano fino al Rifugio Leiter (3/4 d'ora). Ritorno con la cabinovia o a piedi passando per i Rifugi Oberplatzer-Kienegger fino a Velloi (n. 26).

**Punto di partenza:** Stazione a valle della cabinovia di Velloi

**Percorrenza:** 3 o 5 ore, Felsenweg di Velloi 1,5 ore

**Dislivello:** 650 m

**Livello:** tracciato esposto, a tratti solo per chi non soffre di vertigini

**Punti di ristoro:** sì

## Riolagundo (Aschbach) – Malga Naturno – Passo Scabro – Guardia Alta

Da Riolagundo si passeggia fino alla malga di Naturno (1,5 ore); prosegue sul sentiero n. 9A passando per il Passo Scabro (Rauhjoch) sul sentiero n. 9 (vicino al Colle Scabro) fino alla Guardia Alta (Hochwart, 2608 m). Da qui si gode di una veduta panoramica su quasi tutto l'Alto Adige. L'escursione viene consigliata solo in caso di bel tempo e di sufficiente allenamento. Al ritorno seguire il sentiero n° 9 fino a S. Vigilio, svoltare a sinistra e scendere fino a Riolagundo sul sentiero n. 28. Da vedere a Riolagundo: la chiesetta di Maria della Neve.

**Punto di partenza:** Aschbach/Riolagundo

**Percorrenza:** 6-7 ore

**Dislivello:** 1.350 m da Riolagundo

**Livello:** serve buona resistenza

**Punti di ristoro:** sì

# Alta Via di Merano

## L'Alta Via di Merano

In cammino sul sentiero escursionistico probabilmente più affascinante delle Alpi. È contrassegnato dal numero 24, gira tutto intorno al Parco Naturale Gruppo di Tessa e viene considerato uno dei più affascinanti sentieri escursionistici delle Alpi: l'Alta Via di Merano, lunga oltre 80 chilometri, con numerose possibilità di ascesa e discesa e panorami incantevoli con i "tremila" dell'Alto Adige in primo piano.

## Alta Via di Merano Sud

Il tratto meridionale dell'Alta Via di Merano inizia ad Ulfas (1.369 m) in Alta Valle Passiria. Passando per l'isolato maso Gögele, si giunge a Christl con lo splendido scenario delle Alpi Sarentine sempre dinanzi agli occhi. In 2 ore e mezza abbondanti si giunge a Matatz (1.098) al momento giusto per ristorarsi in una delle accoglienti locande. Passando per Magdfeld (1.147 m), Vernurio / Vernuer (1.100 m) e Longfall (1.075), il sentiero porta fino ai Masi della Muta (1.361), abbarbicati alle pendici scoscese della Cima Muta. Segue la Casa del Valico / Hochganghaus a 1.839 m, il punto più alto del tratto meridionale. Da qui si scende alla Gojener Alm (1.824 m) a Nassereto / Nassereith,



**Funivia  
altamuta**  
Tirolo > Alta Via di Merano

In soli 5 minuti  
da Tirolo direttamente  
nell'area  
escursionistica  
del Parco Naturale  
Gruppo Tessa

650 - 1.400 m

Corse ogni mezz'ora  
**07:30 > 18:00**  
Luglio, agosto, settembre  
**07:30 > 19:00**  
In occorrenza orario continuato (ogni 5 min.)  
Giugno, luglio, agosto  
corsa addizionale il giovedì ore 21:00  
seilbahn-hochmuth.it - Tel. 0473 923480

Moncucco / Giggelberg, Hochforch (1.555 m), Innerforch, Linthof, Kopfron (1.436 m) fino a Monte Santa Caterina / Katharinaberg (1.245 m) in Val Senales.

## Alta Via di Merano Nord

Volendo compiere il giro nord dell'Alta Via di Merano, si passa da Monte Santa Caterina per Nassereto (1.523 m), alla Casera di Fuori / Vorderkaser (1.693 m) in Val di Fosse. In questa valle primordiale è facile incontrare specie animali e vegetali rare, quali il ranuncolo dei ghiacciai, una delle piante con infiorescenza delle Alpi, che cresce a maggiore altitudine. Dalla malga Rableid si prosegue fino all'Eishof (2.069 m), un maso citato per la prima volta nel 1290. I "tremila" Cima Tessa / Texelspitze, Monterosso / Roteck, Cima Bianca Grande / Hohe Weiße, Altissima / Hohe Wilde e le Cime Nere / Hintere Schwärze, si ergono maestose creando uno scenario mozzafiato. Dopo aver raggiunto sul lungo sentiero in forte salita il passo Eisjöchl (2.908 m), punto più alto di tutto il sentiero, si prosegue per il Rifugio Petrarca all'Altissima / Stettinerhütte (2.875 m), per scendere poi a Plan e, passando da Innerhütt e Außerhütt, a Ulfas.







### Escursione alle malghe di San Vigilio

Dalla stazione a monte della funivia di S. Vigilio si percorre il sentiero n. 34, attraverso boschi di larici e abeti, si passa davanti al ristorante Gampl e seguendo il sentiero n. 2 si raggiunge il bosco e la malga Bagno dell'orso (Bärenbad Alm). Proseguire sul sentiero n. 2 che successivamente sbocca nel sentiero n. 9 e poi nel n. 9°, fino a raggiungere la Malga di Naturno. Per il ritorno si può optare per il sentiero n. 30 e n. 9 verso il rifugio Jocher, e poi il n. 34 che porta alla stazione a monte della funivia di S. Vigilio.

**Punto di partenza:** stazione a monte funivia di San Vigilio

**Percorrenza:** ca. 4 ore

**Dislivello:** ca. 510 m

**Livello:** medio/difficile

**Punti di ristoro:** sì

### Monte Marlengo – San Vigilio

Arrivare con l'auto a Tel, al semaforo svoltare a sinistra, passare il ponte sull'Adige e proseguire per circa 1 km e mezzo fino al primo incrocio, dove si seguono le indicazioni per Gasthof Gramegg e Brünnl, oltrepassandoli fino a raggiungere Mahlbach. Da qui si può camminare sul sentiero n. 27 fino ai masi Egger, poi sul 9 fino a Almboden, e infine sul n. 31 Egger Steig fino alla stazione a monte della funivia S. Vigilio. Da qui si può prendere la seggiovia che porta al Dosso dei Larici (Larchbühel), per poi camminare fino alla bellissima chiesetta di S. Vigilio, proseguire sul sentiero n. 9 per il ristorante Seehof e Seespitz, finché si incrocia il sentiero n. 29, che riporta al punto di partenza, Mahlbach. Con l'auto si fa ritorno a Lagundo.

**Punto di partenza:** Mahlbach

**Percorrenza:** 5 ore

**Dislivello:** 600 m

**Livello:** impegnativa

**Punti di ristoro:** sì

### S. Vigilio – Eggerhof – Mühltaler – Lagundo

Raggiungere Lana in bus e prendere la funivia di S. Vigilio. Subito sopra la stazione a monte comincia il sentiero n. 31 (Eggerweg) che è pressoché pianeggiante e porta ai masi Almboden e Eggerhof. Proseguire sul percorso n. 9 e prendere la diramazione n. 35 (Jocherweg) fino al ristorante Senn am Egg (698 m). Svoltando a sinistra si raggiunge, percorrendo l'Alta Via di Marlengo, il Monte S. Giuseppe (Josefsberg) – Foresta e poi Lagundo.

**Punto di partenza:** stazione a monte funivia S. Vigilio

**Percorrenza:** 5 ore

**Dislivello:** 1.150 m in discesa

**Livello:** medio/difficile

**Punti di ristoro:** sì

### Sentiero avventura a Parcines

Partire a est del paese di Parcines ed andare in direzione Vertigen sul sentiero 7a. Svoltare a sinistra per prendere il waalweg di Parcines, fino al maso Anderleiter Egg. Continuare sul “sentiero delle leggende” di Parcines (Sagenweg), in salita a destra, che passa per luoghi consacrati al culto ed insediamenti preistorici fino al maso Ebnerhof. Salire sul sentiero 1 e poi sul sentiero 23 a destra per il bosco fino all'albergo Prünster e proseguire sul sentiero n. 23, ora in discesa, fino alla cascata di Parcines. Scendere sul sentiero 23 fino all'albergo Birkenwald, proseguire su Via Cascata a sinistra e poi prendere il sentiero n. 1, a destra, fino al maso Winkler. Svoltare a sinistra e prendere il ponte sospeso per arrivare a Parcines.

Variente: alla cascata si può prendere il bus n°265 fino a Parcines (si risparmiano 40 minuti)

**Punto di partenza:** Parcines

**Percorrenza:** 3-4 ore

**Dislivello:** 600 m

**Livello:** medio

**Punti di ristoro:** sì

### Parcines – Sentiero panoramico – Naturno

Prendere l'autobus fino a Parcines, proseguire in direzione ovest su via Monte Sole, attraversare il Rio di Tel (Zielbach) passando per il ponte sospeso fino al Maso Winkler. Qui prendere il waalweg di Rablà in direzione ovest, fino al ristorante Happichl. Comincia ora una salita mediamente impegnativa (sentiero n. 26) e poi si prosegue sul sentiero panoramico Monte Sole n. 91 fino a Naturno. Da qui si scende in paese dove si può ritornare ogni mezz'ora a Lagundo con l'autobus di linea. Da vedere a Naturno: la chiesa di San Procolo con i suoi affreschi e l'annesso museo sotterraneo.

**Punto di partenza:** Parcines

**Percorrenza:** 2-3 ore

**Dislivello:** 300 m

**Livello:** facile/medio

**Punti di ristoro:** sì

### Alta Via di Parcines

Prendere l'autobus n. 213 a Lagundo, fermata al Municipio e raggiungere Parcines. Imboccare il sentiero n. 1 e n. 8 che portano nella Valle di Tel (Zielthal), fino alla cascata di Parcines (1,5 ore). Da questo punto a destra inizia l'Alta Via di Parcines che porta fino al ristorante Prünster (1.196 m) a Tablà. Al maso Egger l'Alta Via prosegue in leggera discesa fino al maso Niederhaus, dove si prosegue per il sentiero n° 7 sotto il maso a sinistra, che porta a Plars e a Lagundo centro. Da vedere a Parcines: il Museo delle Macchine da scrivere Peter Mitterhofer, con oltre 2000 oggetti esposti racconta la nascita oltre 120 anni fa della macchina da scrivere e la sua evoluzione nel tempo.

**Punto di partenza:** Parcines

**Percorrenza:** ca. 4-5 ore

**Dislivello:** 500 m in salita + 700 m in discesa

**Livello:** medio/difficile

**Punti di ristoro:** sì



## Parco Naturale Gruppo di Tessa

Il Parco Naturale Gruppo di Tessa si estende su una superficie di 33.430 ettari, compresa tra i comuni di Senales, Naturno, Parcines, Lagundo, Tirolo, Rifiano, San Martino e Moso in Passiria. La zona protetta, delimitata dalla valle dell'Adige a sud, dalla Val Senales a ovest e dalla Val Passiria ad est, si spinge a nord fino alle creste alpine che segnano il confine con l'Austria. Oltre al Gruppo di Tessa, dunque, il territorio del parco si estende anche a coprire i vicini rilievi delle Alpi Venoste di Levante (Ötztal Alpen), con la Cresta di Senales, e le Alpi di Stubai, comprese tra il Passo del Rombo (Timmesljoch) e il monte omonimo. Tutti i masi, gli insediamenti e i borghi agricoli abitati tutto l'anno sono situati esternamente ai confini del parco. Assolutamente ricca di bellezze naturali e ancora ampiamente intatta, l'area del Parco si annovera tra le zone morfologicamente più belle e interessanti dell'Alto Adige. Esteso ad abbracciare tutti i tipi di formazione alpina dai ghiacciai di alta montagna agli alpeggi e dai versanti terrazzati ai fondovalle, il parco presenta caratteristiche idrogeologiche peculiari che ne hanno plasmato in modo significativo il paesaggio. Innumerevoli le possibilità di escursione: dalle tranquille passeggiate a valle fino agli impegnativi percorsi delle alte vie che, snodandosi tra costruzioni secolari dai 1000 ai 1800 metri di altitudine, riservano vedute mozzafiato nel cuore di un paesaggio abitato da una flora e una fauna del tutto speciali per lasciare spazio infine ai sentieri riservati agli alpinisti più esperti che amano avventurarsi su vette e ghiacciai perenni. Per informazioni e date di svolgimento delle escursioni naturalistiche si consiglia di rivolgersi direttamente all'Associazione Turistica di Lagundo.



## Escursioni nei dintorni

### Avelengo – Laghetto Sulfner – Santa Caterina

Dal parcheggio Nusser ad Avelengo si cammina sul sentiero n. 14 in lieve salita fino al ristorante Sonnenheim. Attraversata la strada, si passa il maso Innergruber e si svolta in direzione di S. Caterina per raggiungere infine l'idilliaco laghetto Sulfner. In estate è possibile ammirare lo splendore delle ninfee. L'escursione continua in leggera discesa, passando davanti al maso Sulfner fino ad arrivare a S. Caterina. Dalla chiesetta si può godere la magnifica vista su Merano e il gruppo di Tessa. Si ritorna infine al punto di partenza per la strada asfaltata chiusa (sentiero n. 2).

**Punto di partenza:** parcheggio Nusser

**Percorrenza:** 2 ore

**Dislivello:** 150 m

**Livello:** facile

**Punti di ristoro:** sì

### Knottknino a Verano

Su una piattaforma panoramica sul Monte Rotsteinkogel, che deve il nome alla sua roccia porfirica rossa, si trova un belvedere, chiamato "Knottknino" (1.449 m), che è il cinema all'aperto più originale di tutto l'Alto Adige. Progettato dall'artista Franz Messner di Renon, ha 30 poltrone in acciaio e legno di castagno dalle quali ammirare uno spettacolo unico e sempre diverso: a seconda delle condizioni meteorologiche, del momento della giornata e della stagione, il "programma cinematografico" cambia quasi ogni ora. Chi si accomoda può ammirare la Mendola, il Gruppo del Brenta, il Passo dello Stelvio, le Alpi Venoste, il Gruppo di Tessa, il Penegal, il Gruppo dell'Ortles e il Corno Bianco. L'ingresso è libero.



### Escursione ai rifugi di Merano 2000

Dal parcheggio di Avelengo/Falzeben (1621 m) si prende il sentiero n. 14, si oltrepassa il Rifugio Zuegg (1.765 m) e si raggiunge Merano 2000 (oppure si può prendere la cabinovia Falzeben-Piffig). Il cammino prosegue verso la Malga Waidmann (1.998 m) e il Rifugio Meranerhütte (1.960 m, fin qui circa 2 ore, senza viaggio in cabinovia), poi sul sentiero n. 4 e sul Sentiero Europeo E5. Dopo 20 minuti si raggiunge il gioiolo Kreuzjöchl (1984 m), si piega verso destra sul sentiero n. 15 che porta alla malga Maiseralm. Si prose-



gue sul sentiero n. 51 fino alla malga Moschwaldalm, dopodiché, rimanendo sulla destra, si attraversa il pendio e il rio Sinigo, raggiungendo velocemente Falzeben.

**Punto di partenza:** Avelengo/Falzeben

**Percorrenza:** 4,5 ore

**Dislivello:** 400 m

**Livello:** facile, ma servono calzature adatte

**Punti di ristoro:** sì

### Escursione verso i prati del Tschöggberg/Monzoccolo

Con l'auto si arriva ad Avelengo (1.290 m), la patria dei famosi cavalli avelignesi. Da qui si prosegue fino a Verano e poi in direzione di Meltina fino al parcheggio Schermooos (1.449 m). Arrivati qui ci si incammina sul Sentiero Europeo n. 1 fino al sentiero n. 7, dove ci aspetta una splendida finestra panoramica sulle Dolomiti, il gruppo del Sella, il Sassolungo, lo Sciliar, il Catinaccio, il Latemar, il gruppo del Brenta a sud ed il Gruppo del Tessa a nord. Poi troviamo la nostra meta, il dosso San Giacomo di Lavenna, visibile già da molto lontano, con tipica chiesetta, maso ed albergo (1.527 m). Anche da qui si gode di uno splendido panorama; verso sera il Catinaccio scintilla di rosso al calar del sole, una degna fine giornata per chi ha faticato tanto per venire fin qui. Dopo quest'avventura segue il ritorno al posteggio auto.

**Punto di partenza:** parcheggio Schermooos/Meltina

**Percorrenza:** 2 ore

**Dislivello:** 100 m

**Livello:** facile

**Punti di ristoro:** sì

### Scena – Rifugio Stafell

In auto raggiungere Verdines (851 m) e la funivia di Verdines per la Malga di Sopra (1.458 m). Dalla stazione a monte si può percorrere il sentiero n. 20 che porta a Talle di Sopra oppure si può salire in seggiovia fino al Rifugio Grube (1.808 m). Qui si prosegue fino al Rifugio Stafell (1/2 ora, 1.940 m) sul sentiero n. 40 che porta a Viadacqua (Videgg, 1.536 m) e ritornando sul sentiero n. 20 di nuovo alla Malga di Sopra. Da lì si rientra in funivia a Scena e poi in macchina fino a Lagundo.

**Punto di partenza:** Verdines presso Scena

**Percorrenza:** 2-3 ore (se si prendono entrambe le funivie)

**Dislivello:** dalla stazione a monte 150 m

**Livello:** molto facile

**Punti di ristoro:** sì



### Escursione ai masi nella zona Hirzer/Punta Cervina

Da Klammeben camminiamo fino al rifugio Hirzer e poi, seguendo il comodo sentiero E5 raggiungiamo la malga Hinteregg e la Mahdalm. Da qui saliamo fino alla piana di Rotmoos. Proseguiamo poi fino alla malga Tallner e, seguendo il sentiero raggiungiamo la malga Stafell. Al ritorno facciamo la stessa strada e torniamo a Klammeben alla stazione a monte della funivia.

**Punto di partenza:** stazione a monte funivia Hirzer

**Percorrenza:** 5 ore

**Dislivello:** 400 m

**Livello:** da facile a medio/difficile

**Punti di ristoro:** sì

### Escursione ai masi del Monte Sole – Naturno

Coni il bus si arriva a Monte S. Caterina in Val Senales, dove si prende il sentiero n. 24 Alta Via di Merano. Percorso un tratto del sentiero, passando davanti ai masi Unterperfl, Wand, Kopfron e Innerunterstell arriviamo al maso Lint. Si segue poi il sentiero n. 10° che riporta a Unterstell. Con la funivia Monte Sole si può fare ritorno a Naturno e poi prendere il bus per Lagundo.

**Punto di partenza:** Monte S. Caterina, Val Senales

**Percorrenza:** 3 ore fino alla funivia Monte Sole

**Dislivello:** 250 m

**Livello:** facile

**Punti di ristoro:** sì

### Val Senales – Vernago

Con il bus si arriva al lago di Vernago (1.670 m), in Val Senales. Si prende qui a sinistra, per il sentiero forestale 13° che costeggia il lago fino alla fine. Si supera il ponte sospeso e si prosegue sul 13B oltrepassando il secondo ponte sospeso fino a ritornare a Vernago, sempre lungo il lago. Da vedere: l'ArcheoParc Senales, museo archeologico interattivo che racconta come viveva Ötzi 5300 anni fa.

**Punto di partenza:** Vernago

**Percorrenza:** ca. 4 ore

**Dislivello:** poco

**Livello:** medio difficile

**Punti di ristoro:** no



## Percorso per le malghe in Val di Fosse

Il punto di partenza di questa escursione è il parcheggio del maso Casera di Fuori (Gasthaus Vorderkaser), in Val di Fosse. Da qui parte il percorso didattico lungo circa 5 km con pannelli informativi lungo il percorso. Il primo pannello illustrativo spiega i metodi di produzione del formaggio ed è possibile sperimentarli in prima persona al vicino maso Casera di Fuori. Lungo il percorso altri tabelloni forniscono informazioni sulla flora e la fauna della val di Fosse. Arrivati alla malga Casera di Mezzo si può ammirare un modello di centrifuga da burro, estratti di un antico registro delle malghe e un canale di irrigazione ristrutturato. Nel percorso, si tocca anche la malga Rableid per arrivare al Maso Gelato.

**Punto di partenza:** Casera di Fuori

**Percorrenza:** circa 3 ore

**Dislivello:** circa 400 m

**Livello:** facile

**Punti di ristoro:** sì



## Escursione alla malga di monte Luco, al lago e al Grande Monte Luco

Da Lana si va con l'auto verso il Passo Palade (1.518 m). Da qui si prende il sentiero forestale fino alla Malga di Monte Luco (1.853 m; circa 1 ora a piedi). In seguito, tramite il sentiero n. 10, si attraversa il bosco fino al suo margine superiore. Dopo un'ora di cammino si raggiunge la biforcazione nelle vicinanze del Lago del Luco (2.182 m) in mezzo alle due Cime del Luco. Chi non soffre di vertigini può proseguire verso destra, in direzione del citato lago, e salire per mezz'ora i pendii erbosi (spesso accompagnato dalle mandrie di pecore) fino al Piccolo Monte Luco a 2.297 m. Gli escursionisti allenati possono salire per circa 45 minuti sul Grande Monte Luco (2.433 m), ma solo dopo aver preso la biforcazione la via che si sviluppa a sinistra, in sé piuttosto ripida e sassosa. Attraverso gli alpeggi del versante meridionale si scende fino ai campi di rose alpine per raggiungere, dopo circa un'ora, nuovamente la Malga di Monte Luco. Qui si prende un sentiero nel bosco (segnavia 10) fino al Passo Palade.

**Punto di partenza:** Passo Palade

**Percorrenza:** 4-5 ore

**Dislivello:** 915 m

**Livello:** impegnativa

**Punti di ristoro:** sì



## Escursioni in bici e tour in mountainbike

### CICLOVIA DELLA VAL D'ADIGE

La ciclopista della valle dell'Adige è una pista ciclabile che parte ufficialmente dal passo di Resia, ovvero dalla sorgente del fiume Adige, e conduce fino alla sua foce a Rosolina nel mar Adriatico.

La prima parte fino a Bolzano viene descritta nella ciclabile della Val Venosta e poi proseguendo ancora lungo la provincia di Bolzano e successivamente la provincia di Trento, sviluppandosi poi nella regione del Veneto dove vengono attraversate le provincie di Verona e quella di Rovigo. La ciclabile si snoda in piano attraverso meleti e frutteti, costeggiando perlopiù il fiume Adige. Nel complesso è lunga oltre 300 km e si può percorrere a tappe.

**1a Tappa: Resia – Lagundo/Merano**

**Il primo tratto porta da Resia fino alla città termale di Merano.**

Questo primo tratto è noto anche come ciclabile della Val Venosta poiché attraversa tutta la valle, passando paesini pittoreschi e borghi come Malles, Sluderno, Glorenza, Castelbello e Naturno per arrivare a Lagundo/Merano.

**2a Tappa: da Merano a Trento**

**La seconda tappa è lunga 98 km e porta fino a Trento,** passando per Bolzano, il Lago di Caldaro, la Bassa Atesina con i suoi pittoreschi paesini sempre immersi nei vigneti, come gli abitati di Laives, Bronzolo, Ora, Egna e Salorno. Fino a raggiungere Trento.

**3a Tappa da Trento a Verona**

**L'ultima tappa è lunga 101,5 km e porta da Trento a Verona.** Si passa per Rovereto, Ala la città di Mozart e un mare di vigneti lungo le acque scintillanti dell'Adige. La ciclabile termina a Verona.

### CICLABILE MERANO – BOLZANO (CICLOVIA DELLA VAL D'ADIGE)

La ciclabile dell'Adige fa parte della ciclovvia Via Claudia Augusta, che collega Augusta a Ostiglia. La ciclabile passa per Gargazzone, Vilpiano-Nalles, Terzano-Andriano, Settequerce. Alla stazione di Ponte Adige bisogna prendere a sinistra la statale per Bolzano finché si ritrova sulla destra la ciclabile che prosegue verso sud. Dopo aver superato la ferrovia si può scegliere se continuare dritti per 1 km fino al bivio che prevede due opzioni – verso Bolzano



centro o verso Trento e la Bassa Atesina – oppure, superando un ponticello salire verso i paesi di Caldaro e Appiano.

**Durata: 90 minuti | Distanza: 20,5 km | Dislivello: 75 metri complessivamente, ma praticamente non percepiti durante il tragitto | Tipo di strada: strada asfaltata lungo l'argine del fiume | Partenza: stazione di Lana Postal | Arrivo: stazione di Ponte Adige (da qui 1 km fino all'incrocio per Appiano e Caldaro, 2 km fino all'incrocio per Bolzano - Trento) | Punti d'accesso: da quasi ogni località lungo il percorso si può accedere alla ciclabile, anche dal centro di Lana, Postal, Gargazzone e Nalles.**

## CICLABILE DELLA VAL PASSIRIA

### Lagundo - Merano - San Leonardo

Da Lagundo raggiungere Merano, Piazza Terme. Da qui proseguire attraverso il Parco Sissi fino a Maia Alta, sulla sponda destra del fiume. Si esce dall'abitato e si imbocca la ciclabile per la Val Passiria, lunga 20 km e, in questo primo tratto, asfaltata. A destra vi è il paese di Scena, a sinistra Tirolo, Caines e Rifiano. Si passano poi Saltusio e San Martino, fino a raggiungere senza grandi salite San Leonardo. È una ciclabile facile, percorribile quasi tutto l'anno, ma particolarmente bella in aprile e in maggio quando fioriscono i meli oppure in autunno.

Da vedere: Ponte Romano a Merano, Museo Passiria, la casa natale di Andreas Hofer in Val Passiria prima di San Leonardo

**Partenza: Lagundo - Merano Maia Alta - Val Passiria | Distanza: 38,2 km | Dislivello: 350 m | Livello: facile | Punto più alto: San Leonardo 693 m s.l.m. | Cartografia: Kompass 044 Val Passiria**

## CICLABILE DELLA VAL VENOSTA

### Lagundo – Plaus – Naturno – Ciardes – Rablà – Lagundo

Prendere la ciclabile a Lagundo, dietro il Lido e arrivare fino a Rablà (stazione a valle della funivia Riogugundo). Qui proseguire lungo la strada asfaltata in mezzo ai campi fino a Plaus, Naturno e Ciardes. Alla frazione di Sand si gira a sinistra in via Steinach, e si passa per Tablà per arrivare a Cirlano. Prendere via Unterrohl che porta al campo sportivo di Naturno. Poi via Dornsberg fino a Plaus. Da qui proseguire verso destra in direzione Obermelz, avanti fino a Mair in Ried e Rablà. Da qui fare ritorno a Lagundo.

**Durata: 3 ore | Distanza: 28 km | Dislivello: minimo | Livello: facile | Punti di ristoro: sì**

## CICLABILE MERANO – BOLZANO

### Lagundo – Merano – Strada del vino – Nalles

Sulla ciclabile che parte dal Lido di Lagundo arrivare a Merano. Poi svoltare a destra in via Palade dirigendosi a Marlengo. Superare il ponte di Marlengo e raggiungere la Cantina Burggräfler. Qui imboccare via Cantina e poi prendere subito a sinistra via Marlengo fino a raggiungere via Monteleone e in leggera salita raggiungere Castel Baslan. Proseguire su via Baslan, in discesa attraverso i meleti fino all'inizio del paese di Cermes: seguire la strada principale per raggiungere il centro e dopo il Tschermserhof girare a sinistra in via Trojen e pedalare fino alla diga sul Valsura. Proseguire in direzione di Lana e, superato il ponte pedonale, imboccare via dei Prati, poi prendere la seconda traversa (via S. Agata), che porta in piazza Tribus. Avanti fino alla Chiesa di Lana di Sotto. Proseguendo sempre dritti si giunge alla Strada del Vino, che porta fino a Nalles.

**Punto di partenza: Lagundo (350 m s.l.m.) | Arrivo: Nalles (300 m s.l.m.) | Distanza: 17 km | Dislivello: 200 m**



## Tour in mountainbike

### Lagundo – Monte Tramontana – Lagundo

Partendo dal Lido di Lagundo imboccare la ciclabile in direzione Merano, poi prendere via Wolkenstein e via Zuegg, passare vicino all'ippodromo e superare il ponte sulla statale verso Lana, fino ad arrivare alla Cantina Burggräfler. Continuare, svoltare a destra verso Basling. Da qui prendere via Leberberg, oltrepassare Castel Leberberg e dirigersi verso Marlengo centro. Svoltare per via San Felice, passare la chiesetta di San Felice e proseguire fino al ristorante Senn am Egg. Da qui prendere l'Alta Via di Marlengo fino al Monte San Giuseppe. Seguire poi la strada asfaltata verso la birreria Forst. Prendere via Birreria, svoltare subito a destra e attraversare il ponte di legno per ritornare a Lagundo.

**Durata: 3 ore | Distanza: 17,4 km | Dislivello: 630 m | Punto più alto: 705 m | Livello: facile | Punti di ristoro: sì**

### Lagundo – Tel – S. Vigilio – Riogugundo – Tel – Lagundo

Prendere la ciclabile della Val Venosta dietro il Lido di Lagundo e arrivare a Tel, superare il ponte sull'Adige (a sinistra) e affrontare la salita ripida in direzione Quadrato/Riogugundo fino al maso Niederhof (811 m), passare davanti al Ristorante Brühl e poi arrivare a Mahlbach (1219 m). Proseguire sulla strada forestale verso Riogugundo fino a Rasner Kreuz (1416 m). Svoltare a sinistra nella strada del Monte San Vigilio e giungere al ristorante Seespitz. Procedere e svoltare a destra sotto il ristorante Gasthof Jocher sulla strada forestale. Qui inizia la discesa verso Rio Lagundo. Sulla pista ciclabile, tornare a Lagundo.

**Durata: 5 ore | Distanza: 30 km | Dislivello: 1.300 m | Punto più alto: 1.790 m | Livello: medio-difficile | Punti di ristoro: sì**

### Malga di Naturno

Imboccare a Lagundo la pista ciclabile fino a Naturno. Presso il campo sportivo inizia il tratto in salita in direzione Monte Tramontana di Naturno. Poi si arriva a una strada forestale che passa per alcuni masi e giunge al parcheggio Kreuzbrühl: procedere sulla strada forestale fino alla Malga di Naturno. Direttamente dietro la malga si imbocca il sentiero n. 9A, procedere in salita e raggiungere l'incrocio con il sentiero n. 9, continuando in salita fino al Monte San Vigilio. Dalla chiesetta di San Vigilio parte una strada forestale che scende a Riogugundo, e avanti sulla strada che riporta a Tel e Lagundo.

**Durata: 6 ore | Distanza: 46 km | Dislivello: 1.650 m | Punto più alto: 1.950 m | Livello: medio-difficile | Punti di ristoro: sì**

### Verdins – Masulschlucht – Oberkirm

Si parte da Verdins con la MTB e si segue la strada per Talle di Sotto (Untertall), attraversando il ponte di legno sulla gola Masulschlucht. Subito dopo il ponte si salgono alcuni tornanti e si arriva a Oberkirm (sentiero n. 4), da dove si prosegue per Videgg e poi in discesa sul sentiero n. 40

verso la malga Streitweider Alm. Invece di svoltare per la malga, si rimane sul sentiero n. 19 che riporta a Verdins da dove si è partiti.

**Durata: 3 ore | Distanza: 15.9 km | Dislivello: 880 m | Punto più alto: 1.550 m | Livello: medio-difficile | Punti di ristoro: sì**

### Tour da Lagundo a San Vigilio

Raggiungere Marlengo e poi sulla strada dei campi arrivare a Cermes. Proseguire lungo la statale fino a Lana e poi prendere a destra verso la Val d'Ultimo. Dopo alcuni tornanti girare a destra (curva a gomito) e prendere la ripida strada forestale del percorso naturalistico Aichberg. Proseguire e poi prendere a destra (segnavia n. 34) la strada del Pavicolo.

Giunti a Pavicolo svoltare a destra in direzione Funivia di S. Vigilio, raggiungere la stazione a monte e poi proseguire sul sentiero Eggersteig (segnavia 31) fino ad Almboden. Seguire la strada per un breve tratto e poi imboccare il sentiero Jochweg (segnavia n. 35) a destra in discesa. Attenzione, alcuni passaggi sono tecnicamente impegnativi.

**Durata: 4 ore | Distanza: 41 km | Dislivello: 1.310 m | Punto più alto: 1.509 m | Livello: difficile | Punti di ristoro: sì**

### Lagundo – Malga Marzoner

Da Lagundo a Naturno, poi si percorre via Stazione fino al campo sportivo, giunti al quale si prosegue a destra sulla strada per Cirlano. A Cirlano si svolta a sinistra e si sale fino a Tablà. A Tablà si continua la salita a sinistra fino alla fontana e poi ancora a sinistra in direzione Schleidertal. La salita continua fino all'incrocio per Schleidertal – Tomberg. Ora a destra lungo la strada forestale sterrata in direzione monte Tomberg fino all'incrocio, dove si gira a destra in discesa, raggiungendo poi la strada asfaltata che porta al monte Tomberg. La salita ci porta nuovamente su sterrato. Si segue la strada forestale fino al bivio per la valle Zirmtal e si continua in salita fino alla malga Marzoner. Dalla malga Marzoner (1600 m) downhill sulla strada n. 18 e poi n. 9° (trail) fino a Montefranco (1200 m) e poi superata la strada asfaltata si scende a Castebello. Da qui si ritorna a Lagundo.

**Durata: 4 ore | Distanza: 43 km | Dislivello: 1.500 m | Livello: difficile | Punti di ristoro: sì**

#### Colophon:

**Editore:** Associazione turistica Lagundo  
**Foto:** Tourismusverein Algund, Daniela Prossliner, Helmuth Rier, Tappeiner AG, Georg Tappeiner; IDM Südtirol / Laurin Moser, Frieder Blickle, Michael Müller, Mario Entero, Damian Pertoll, Geier Kurt / Freibad Algund, Thomas Grüner, Foto Gasser, Alex Filz, Manuela Prossliner, Martin Geier, Christian Gufler, Giuseppe Ghedina, Foto Mike, Südtirol Marketing, Therme Meran / Manuela Prossliner, die Gärten von Schloss Trauttmansdorff; Golfclub Lana, Pflegezentrum für Vogelfauna Schloss Tirol; Johanna Niederkofler, Acquaterza, Luca Meneghel, Angelika Schwarz, Meran 2000 / Florian Andergassen, Pixliez, Sennerei Algund, Alessandro Trovati, Clemens Zahn, Max Lautenschläger, Andree Kaiser, Georg Stoinschek, MMM, Tourismusverein Partschins, Rabland und Töll / Helmut Rier, IDM / Marion Lafogler, Jessica Preuhs, Hans-Peter Leu, Thomas Grüner, IDM / TV Suldern - Frieder Blickle, Foto Mike, Florian Andergassen-Meran 2000 Benjamin Pfitscher, AVS-palestra d'arrampicata indoor Meran

**Grafica:** Associazione turistica Lagundo

**Stampa:** Tipografia Athesia, Bolzano

**Testi:** Associazione turistica Lagundo

**Salvo errori di stampa e/o modifiche**



\*\*\*  
PALMENGARTEN  
HOTEL RESTAURANT  
**GSTÖR**

Lasciatevi deliziare nel cuore di Lagundo!



### GIARDINO DI PALME RISTORANTE

Solo 1,5 km  
da Merano!

- Meraviglioso giardino immerso tra le palme, parzialmente coperto. Birreria all'aperto, cocktail-bar, taverna accogliente e stube tirolese
- Eccellente cucina con ampia varietà di specialità tipiche e internazionali, dolci e caffetteria
- Macelleria propria, produzione di Speck DOC "Speck Alto Adige IGP" e altri prodotti tipici fatti in casa
- Pizzeria con forno a legna
- Specialità messicane nel nostro ristorante MEXICOS
- Take away: tutte le pizze e i piatti del ristorante e del ristorante messicano anche da asporto!  
Tel: 0039 0473 448555

**Aperto dalle ore 11.00  
alle 24.00, cucina calda  
dalle ore 12.00 alle 23.30.  
Nessun giorno di riposo.**

Ogni DOMENICA  
(aprile fino a settembre)  
tipico „FRÜHSCHOPPEN“  
con musica dal vivo

Ogni MARTEDÌ  
(maggio fino a settembre)  
**PROGRAMMA SERALE**  
con gruppi dal vivo



Famiglia Tschennett  
www.gstoer.com · info@gstoer.com · Tel. 0039 0473 448 555  
I-39022 Lagundo · Via Vecchia 40 · Alto Adige



**NUOVO**  
„Food to go“  
[www.ruster.it](http://www.ruster.it)

Dal 1243



Ristorante - Giardino - Cantina

## Tradizionale, alpino, mediterraneo!

- Cucina regionale dell'Alto Adige
- Squisiti piatti mediterranei e dalla griglia
- Piatti di pesce, trote fresche dall'acquario
- Asparagi, funghi, selvaggina e tartufo (stagionale),
- „Törggelen“  
tradizionale evento in ottobre
- Musica dal vivo: mercoledì e domenica da maggio a settembre

**Cucina calda: 11.00 - 23.00 h**



## Alpenpizza by Ruster

Gustate la nostra saporita e gustosa pizza tirolese. Croccante appetitosa con ingredienti freschi di stagione. Scoprire e gustate nella piacevole e tradizionale atmosfera e lasciatevi sorprendere.



Via San Cassiano 1 - Lagundo - Tel. 0473 220 202  
[www.ruster.it](http://www.ruster.it)