3 Etappe: Franzensfeste – Bruneck
Tappa: Fortezza – Brunico

⟷ 35 km ↑ 350 m ↓ 410 m

Download GPX

Noch ein letzter Blick über die Schulter auf die Stadt Brixen und schon geht es Richtung Osten in den alpineren Teil Südtirols. Auf deiner Fahrt werden die Bergipfel mehr und die Temperaturen niedriger. Entlang des Flusses Rienz durchquerst du Felder, Wälder, Wiesen und Dörfer. Historische Zeugnisse und Bauwerke begegnen dir ebenfalls auf deinem Weg, wie eine römische Siedlung, eine mittelalterliche Klause und bäuerliche Ansitze. In Bruneck, dem Hauptort des Pustertals, wird es quirliger – der Radweg führt direkt in die Stadt. Falls du mehr über die bäuerlich geprägte Vergangenheit dieser Gegend wissen möchtest, empfehlen wir dir einen Besuch im Südtiroler Landesmuseum für Volkskunde. Im Freigelände siehst du alte originale Bauernhäuser, Handwerksstätten und Bauerngärten. Bedenke bei der Planung, dass es bei dieser Etappe tendenziell aufwärts geht. Falls es zu anstrengend wird, kannst du Abschnitte mit dem Zug bewältigen: Der Radweg verläuft entlang der Bahnlinie.

★ Besichtige die ältesten profanen Wandmalereien im deutschsprachigen Raum auf Schloss Rodenegg bei Mühlbach.

Un'ultima occhiata alle spalle sulla città di Bressanone e sarai già diretto verso est, nella parte più alpina dell'Alto Adige. Man mano che pedali le cime delle montagne si fanno sempre più numerose e le temperature diminuiscono. Lungo il fiume Rienza attraverserai campi, boschi, prati e paesini. Lungo il percorso incontrerai anche testimonianze ed edifici storici, come un insediamento romano, un eremo medievale e varie residenze rurali. A Brunico, il capoluogo della Val Pusteria, il percorso si fa più vivace: la pista ciclabile infatti, porta direttamente in città. Se vuoi saperne di più sul passato rurale di questa regione, ti consigliamo di visitare il Museo provinciale degli usi e costumi dell'Alto Adige. Nello spazio all'aperto puoi ammirare antichi e originali masi, laboratori artigianali e orti. Nel pianificare il viaggio, tieni presente che questa tappa è prevalentemente in salita. Se diventa troppo faticosa, puoi scegliere di fare dei tratti in treno, infatti la ciclabile costeggia in maggior parte la linea ferroviaria.

★ Scopri le più antiche pitture murali profane dell'area germanofona a Castel Rodengo, vicino a Rio di Pusteria.

3 Etappe: Toblach – Bruneck
Tappa: Dobbiaco – Brunico

⟷ 30 km ↑ 100 m ↓ 480 m

Download GPX

Auf dieser Route dominiert vor allem eins: die Farbe Grün. Grün sind die Misch- und Nadelwälder, die du durchquerst. Grün die Wiesen, über die der Weg führt. Und grün-blau der See, den du streifst. Kinder werden für ihre Ausdauer auf dieser Strecke besonders belohnt: In jedem Dorf laden Parks und Spielplätze zur Rast ein, ideal für eine kurze Verschnaufpause. Auf dem Abschnitt vor Ankunft in der Stadt wird es landschaftlich noch einmal eigen: Wie der Name Rienzschlucht verrät, überwiegen hier Fels und Wasser. Zwei Tunnels klammern das Tageslicht aus. Nachdem du dich in Bruneck umgesehen hast, kann die Rückfahrt samt Rad mit dem Zug erfolgen. Falls du mit Kindern unterwegs bist, plane für die Etappe am besten den ganzen Tag ein.

★ Fährst du von Toblach ins Höhlensteintal, siehst du auf der Höhe von Landro die Drei Zinnen. Zwei besondere und weitläufige Spielplätze findest du in Kurpark Niederdorf mit Kneipanlage und Motorikpark sowie in der Kinderwelt Olang mitten im Wald.

Questa tappa è dominata da un preciso colore: il verde. Le foreste miste e di conifere che attraversera sono di questo vivace colore. Verdi sono i prati attraverso i quali si snoda il percorso, di un bel verde-azzurro le acque del lago. In particolar modo i bambini riceveranno su questo percorso un premio per il loro impegno: in ogni paesino parchi e aree gioco invitano a fare una sosta, a riposare e a divertirsi. Nel tratto prima di arrivare in città, il paesaggio diventa di nuovo unico: come suggerisce il nome la "Gola della Rienza", qui predominano roccia e acqua.Solo due tunnel sottraggono per poco alla luce del giorno. Dopo aver fatto visita a Brunico, potrai ritornare in treno con la tua bicicletta. Se viaggi con bambini, è meglio programmare un'intera giornata per questa tappa.

★ Se da Dobbiaco ti inoltri nella Val di Landro, all'altezza di Landro potrai ammirare le celebri Tre Cime. Trovi due vasti parchi giochi con impianti Kneipp e un'area per le abilità motorie nel parco termale di Villabassa e nel Mondo Bimbi a Valdaora, immerso nel bosco.

3 Etappe: Toblach – Innichen – Lienz (A)
Tappa: Dobbiaco – San Candido – Lienz (A)

⟷ 50 km ↑ 120 m ↓ 660 m

Download GPX

Ohne größere Anstrengung geht es auf dieser grenzübergreifenden Strecke von Südtirol nach Österreich. Landschaftlich gesehen ändert sich nach der Grenze nicht viel: Der gesamte Radweg ist gesäumt von Bergen, dem Alpenhauptkamm auf der linken und den Dolomiten in Fahrtrichtung auf der rechten Seite. Dorf- und Stadtzentren, eine Südtiroler Waffelfabrik, Picknickplätze am Fluss oder eine Burg bieten Anlass, um über den Radweg hinaus zu blicken. Die gesamte Strecke verläuft entlang der Zuggleisen, daher können Teilstrecken oder die Rückfahrt bequem im Zug erfolgen. Wir empfehlen die Route im Frühling und Herbst.

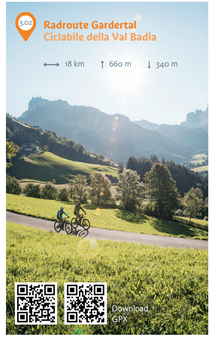
★ Wirklich sehenswert ist die aufwändig restaurierte Burg Heinfels. Wir empfehlen den Besuch mit Führung, bei der auch Säle, Wehrgänge und die Burgkapelle geöffnet werden.

Die Etappe streift den Ursprung der Drau zwischen Toblach und Innichen. Außerdem startet in Toblach der Drauradweg, der dich in 510 km durch Kärnten bis an die kroatisch-slowenische Grenze bei Varaždin bringt.

Senza grandi sforzi, questo itinerario transfrontaliero ti porta dall'Alto Adige fino in Austria. Dal punto di vista paesaggistico, non cambia molto dopo il confine: l'intera pista ciclabile è costeggiata da montagne, la dorsale alpina principale sulla sinistra e le Dolomiti sulla destra. I centri storici e le città, una fabbrica di biscotti altoatesina, i punti di ristoro in riva al fiume o un castello, sono l'occasione per guardare oltre la pista ciclabile. L'intero percorso si snoda lungo la ferrovia, per quest alcuni tratti o il viaggio di ritorno possono essere effettuati comodamente in treno. Ti consigliamo di percorrere l'itinerario in primavera o in autunno.

★ Castel Heinfels, sontuosamente restaurato, merita davvero una visita. Si consiglia una visita guidata, che permette di ammirare anche le sale, i merli e la cappella.

La tappa tocca la sorgente della Drava tra Dobbiaco e San Candido. Anche la pista ciclabile della Drava parte da Dobbiaco e conduce per 510 chilometri, attraversando la Carinzia, fino al confine croato-sloveno di Varaždin.



502 Radroute Gardertal
Ciclabile della Val Badia

⟷ 18 km ↑ 660 m ↓ 340 m

Download GPX

Kultureller und landschaftlicher Szenenwechsel nach nur wenigen Kilometern gefällig? Diese Radtour entführt dich ins Gadertal – da, wo heute noch Ladinisch gesprochen und ein ganz eigenes kulturelles Erbe bewahrt wird. Nach Bruneck und St. Lorenzen geht es über Maria Saalen auf einer leichten Anhöhe an Berghöfen und kleinen Weilern vorbei. Schon bald merkst du landschaftlich einen Unterschied zum Startpunkt, denn jetzt bist du mittem im Dolomiten UNESCO Welterbe angekommen: im Ort San Vigilio, der umgeben ist von stolzen Dolomitengipfeln, die nicht nur schön anzuschauen sind, sondern auch erklommen werden möchten.

★ Wer die ladinische Kultur näher erkunden will, fährt über den Radweg ab Zwischenwasser Richtung San Martin und besucht das Museum Ladin Ciastel de Tor.

Geübten Mountainbikern empfehlen wir die „Fanes-Runde" ab San Vigilio nach Pederü über eine steile, alte Militärstraße zur Fanes-Hütte und dem Limo-See. Oder den Rückweg von San Vigilio nach Bruneck über den Furkelpass nach Olang.

Grüne, weitläufige Wiesen und der Blick auf die Gletscher Löffler und Schwarzenstein prägen diese Tour entlang der Ahr, dem wasserreichen Fluss voller Biotope. Da kaum Höhenmeter zu überwinden sind, eignet sich die Strecke von der Stadt Bruneck durch überschaubare Dörfer bis nach Sand in Taufers für familien mit Kindern. Immer wieder kannst du dich am Wasser erfrischen: Bei zugänglichen Stellen zur Ahr, im Badesee „Baggalocke" in Gais oder am Fischerteich Thara. Im Zielort, wo zugleich das Ahrntal beginnt, thront erhaben die Burg Taufers. Schon dieser Anblick ist Grund genug, bis nach Sand in Taufers zu radeln.

Vom Radweg in Kematen aus erreicht du in wenigen Schritten den ersten der drei Reinbacher Wasserfälle. Wenn du geübt im Wandern bist, solltest du im Ahrntal zumindest einen der über 80 Dreitausender erklimmen. Wir empfehlen als Ausgangsort den Neves Stausee zu unterschiedlichen Touren.

504 Radroute Tauferer Ahrntal
Ciclabile delle Valli di Tures e Aurina

⟷ 17 km ↑ 50 m ↓ 90 m

Download GPX

Wiesen, Felder, Wälder, Berge und Bäche: Alles, was die Natur hier so zu bieten hat, begegnet dir auf dieser Tour im Naturpark Rieserferner-Ahrn. Hast du Antholz Niedertal bei geringer Steigung und entlang des Antholzer Baches erstmal erreicht, sind es vor allem die 3.000er der Rieserfernergruppe, die dich erahnen lassen, dass die Strecke ab hier anspruchsvoller und steiler wird (Anm. Ab Antholz Mittertal geht es aktuell nur über die Staatsstraße und teilweise über eine MTB-Route weiter bis zum Antholzer See und dem Biathlonzentrum!). Wenn du mit Kindern unterwegs bist, ist die Fahrt bis zum Fischerteich ideal und ausreichend: Hier könnt ihr angeln, auf dem Spielplatz toben und den daneben liegenden Pumptrack ausprobieren.

★ Fährst du in Antholz Mittertal zu den Egger-Höfen und dann noch weiter, kommst du an zwei Wasserfällen vorbei (Egger und Klammbach). Weiter oben kannst du dich dann in der Bergeralm oder Schwörzalm stärken. Für diese Variante empfehlen wir ein MTB.

A caratterizzare questo tour lungo l'Aurino, fiume ricco di acqua e di biotopi, sono verdi e ampi prati, la vista sui ghiacciai del monte Lovello e del Sasso Nero. Un invito solo a menzionarli, non trovi? Il percorso che conduce dalla città di Brunico a Campo Tures è praticamente tutto pianeggiante, attraversa piccoli paesi e per le sue caratteristiche è adatto alle famiglie con bambini. Lungo la strada troverai svariate occasioni per rinfrescarti nell'acqua: nei punti d'accesso alle sponde del torrente Aurino, nel lago balneabile "Baggalocke" a Gais o presso il laghetto per la pesca sportiva di Thara. Giunti a destinazione, all'inizio della Valle Aurina, potrai ammirare il maestoso castel Taufers: lo spettacolo che ti attende vale da solo una pedalata fino a Campo Tures.

A Caminata di Tures, a pochi minuti dalla pista ciclabile, si trova la prima delle tre cascate di Riva. Se sei un escursionista esperto, dovresti scalare almeno una delle oltre 80 cime di 3.000 metri che costellano la Valle Aurina. Ti consigliamo il lago di Neves come punto di partenza per tante indimenticabili escursioni.

505 Radroute Antholzertal
Ciclabile della Valle Anterselva

⟷ 10 km ↑ 120 m ↓ 10 m

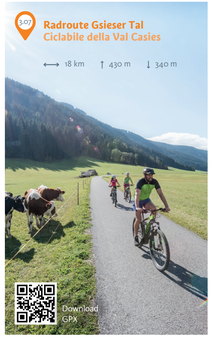
Download GPX

Das Dorfzentrum von Welsberg ist Beginn dieser vielversprechenden Tour: 340 Höhenmeter durch ein uriges, bäuerlich geprägtes Tal, in dem viel Natur und Kultur zu sehen ist. Die „alte Gsieser Straße", größtenteils griffiger Schotter, führt an originellen Bauernhäusern vorbei, durch saftige Wiesen und idyllische Dörfer. Bis St. Martin ist die Steigung relativ gering. Der letzte Anstieg nach St. Magdalena, dem Talschluss, lohnt sich nicht nur für die Aussicht auf die zurückgelegte Strecke: Dort kannst du im Schaubauernhof Reierhof Schweinen, Lamas und Ziegen über die Schulter schauen. Und im Regiohof lokale Köstlichkeiten wie Käse, Honig oder Fruchtaufstriche probieren.

★ Wer am Talschluss noch genügend Puste hat, kann auf dem Almweg 2000 zu einer der vielen Almhütten hoch wandern und dort den Ausblick auf das Tal bei einem erfrischenden Getränk und einem bodenständigen Almgericht genießen. Noch höher hinaus führt der neue Rundwanderweg „Entlang der Grenzen".

Il centro del paese di Monguelfo è l'inizio di questo avvincente tour che, superando 340 metri di dislivello, ti porterà a conoscere una valle dal carattere rurale, in cui trionfano natura e cultura. La vecchia via Casies, per lo più sterrata, passa accanto a masi tradizionali, attraverso rigoprosi prati e idillici paesini. Fino a San Martino la pendenza è relativamente dolce. L'ultima salita, presso Santa Maddalena, nel fondovalle, vale la pena non solo per ciò che puoi ammirare lungo la strada: al maso didattico Reierhof ti aspettano capre, lama e maiali. Al maso Regiohof potrai gustare prelibatezze locali come formaggio, miele e confetture di frutta: una tentazione irresistibile!

★ Se alla fine della valle sei ancora abbastanza in forze, puoi camminare fino ad uno dei tanti rifugi alpini del "Sentiero delle malghe 2000" e godertì la vista sulla valle mentre sorseggi un fresco succo fatto in casa e ti godi le prelibatezze della cucina alpina. Se vuoi camminare ancora più in alto, prendi il nuovo sentiero circolare "Lungo i confini".



507 Radroute Gsieser Tal
Ciclabile della Val Casies

⟷ 18 km ↑ 430 m ↓ 340 m

Download GPX

Biegst du zwischen Welsberg und Niederdorf ab, landest du im Pragser Tal – da, wo es die Natur besonders gut meinte: Die Pragser Dolomiten zum Greifen nah, ein unfassbar schöner Bergsee und ein malerisches Hochplateau im Naturpark Fanes-Sennes-Prags warten auf dich. Bis Schmieden fährst du auf dem offiziellen Radweg, danach über Forstwege und die Hauptstraße, die für Autos von Mitte Juli bis Mitte September teilweise gesperrt ist. Kurz vor dem Ziel erblickst du den mächtigen Seekofel, der sich auf der Wasseroberfläche des Pragser Wildsees spiegelt. Zur Stärkung empfehlen wir dir die Gasthäuser in Schmieden – zum Ausprobieren lokaler Spezialitäten die Fruchtaufstriche von Alpe Pragas und die feinen Käsesorten vom Lechnerhof.

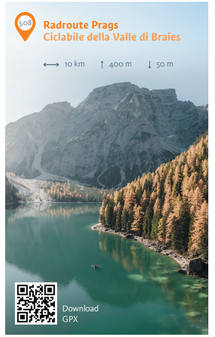
★ Ausdauernde MTB-Fahrer können ab Säge nach Brückele aufs Hochplateau Plätzwiese fahren und über die Runde 071 zum Dürrensee und über den Talradweg nach Toblach auf die Hauptroute zurück.

Die Strecke als vollständiger Radweg ist in Ausbau.

Se svolti tra Monguelfo e Villabassa, ti ritroverai nella Valle di Braies, un piccolo capolavoro della natura. Ti aspettano infatti le Dolomiti di Braies, un lago di montagna incredibilmente bello e un pittoresco altopiano nel Parco naturale Fanes-Senes-Braies. Fino a Ferrara pedalerai lungo la pista ciclabile ufficiale, poi su sentieri forestali e sulla strada principale, che è parzialmente chiusa alle auto da metà luglio a metà settembre. Poco prima di arrivare a destinazione, ammirerai l'imponente Croda del Becco riflettersi sulla superficie del lago di Braies. Potrai infine coronare a tavola questa esperienza unica: ti consigliamo di visitare le locande di Ferrara per provare le specialità locali, come le confetture di frutta di Alpe Pragas e i pregiati formaggi del maso Lechnerhof.

★ Se sei un appassionato di MTB puoi percorrere il tratto da Segheria a Ponticello fino all'altopiano di Prato Piazza e ritornare sul percorso principale lungo il percorso circolare ovvero fino al lago di Landro e lungo la pista ciclabile della valle fino a Dobbiaco.

Il percorso come pista ciclabile unica è in fase di realizzazione.



508 Radroute Prags
Ciclabile della Valle di Braies

⟷ 10 km ↑ 400 m ↓ 50 m

Download GPX

Welches für dich das landschaftliche Highlight dieser leicht anspruchsvollen Tour durch das Gebiet der Dolomiten UNESCO Welterbe ist, überlassen wir dir: Ist es der türkis-blaue Toblacher See? Der Aussichtspunkt zu den Drei Zinnen? Oder doch der heißblaue Dürrensee? Fest steht, dass du auf der wohl schönsten Gravel-Tour der Dolomiten über eine stillgelegte Bahntrasse vielleicht Nur genießen und sogar eine Provinzgrenze überschreiten wirst. Begleiten werden dich auf der Route vom Hochpusterta! ins italienischsprachige Cortina d'Ampezzo imposante Bergformationen wie die der Monte Piana oder die Cristallo-Gruppe. Kaum zu glauben, dass die Fronten zwischen italienischen und österreichischen Truppen im Ersten Weltkrieg genau hier verliefen.

★ Der Dolomiten-Radweg ist Teil der Fernradroute München – Venezia: eine spektakuläre Alpenüberquerung per Fahrrad und der einzige Radweg weltweit, der an drei olympischen Austragungsorten vorbeiführt.

Vogliamo lasciare decidere a te quale sia l'attrazione più spettacolare di questo tour attraverso le Dolomiti Patrimonio Mondiale UNESCO. È il lago di Dobbiaco, con il suo colore blu turchese? Il belvedere sulle Tre Cime? Il lago di Landro con l'azzurro delle sue acque? Quello che è certo è che, in quello che è probabilmente il più bel gravel tour delle Dolomiti, correrai lungo una linea ferroviaria dismessa, godrai di una natura rigogliosa e attraverserai un confine provinciale. Lungo il percorso, che è discretamente impegnativo e porta dall'Alta Pusteria fino a Cortina d'Ampezzo, sarai accompagnato da imponenti formazioni montuose come il monte Piana o il gruppo del Cristallo. È difficile credere che il fronte militare italo-austriaco durante la Prima Guerra Mondiale passassero proprio qui.

La ciclabile delle Dolomiti fa parte del percorso ciclabile di lunga distanza Monaco di Baviera-Venezia: una spettacolare traversata delle Alpi in bicicletta e l'unico percorso ciclabile al mondo che tocca tre sedi olimpiche.

509 Dolomiten-Radweg Toblach – Cortina (E1)
Ciclabile delle Dolomiti Dobbiaco – Cortina (E1)

⟷ 30 km ↑ 410 m ↓ 400 m

Download GPX

Naturpark Drei Zinnen und Dolomiten UNESCO Welterbe: Landschaftlich lohnender könnte das Ziel einer Radtour nicht sein. Ein Schotterweg durch den Wald, der auch von Wanderern genutzt wird, führt dich von Innichen nach Sexten. Ein Dorf, das nur so umgeben ist von markanten Dolomitengipfeln. Hast du die Ortschaft nach etwas Anstrengung nämlich erreicht, fährst du über Wiesen in Richtung Moos und hast dabei die „Sextner Sonnenuhr" vor Augen – eine beeindruckende Bergkette, an deren Gipfel je nach Sonnenstand die Uhrzeit abgelesen werden kann. Um die Bergnatur der Dolomiten voll auszukosten, fahre am besten durch die Lärchenwiesen weiter bis zum Talschluss. Hier kannst du nicht nur dein E-Bike aufladen, sondern die Gipfel aus der Nähe bewundern.

Enduristen können sich auf zwei Single-Trails mit naturbelassenem und teils gepflastertem Untergrund austoben: Erla- und Standschützen-Trail. Zum Start geht es mit der Kabinenbahn Drei Zinnen bzw. Rotwand.

Il Parco naturale Tre Cime e le Dolomiti Patrimonio Mondiale UNESCO: ti sfidiamo a trovare una meta più appagante per un tour in bicicletta. Un sentiero sterrato attraverso il bosco, utilizzato anche dagli escursionisti, ti porterà da San Candido a Sesto, paese circondato da suggestive cime dolomitiche. Una volta raggiunto con un po' di impegno Sesto, procedendo verso Moso attraverserai i pascoli fino a trovarti davanti agli occhi la "Meridiana di Sesto", un'imponente catena montuosa sulle cui cime, a seconda della posizione del sole, puoi leggere l'ora. Per godere appieno della natura montana delle Dolomiti, ti consigliamo di proseguire attraverso i prati di larici fino alla fine della valle. Qui non solo potrai ricaricare la tua e-bike, ma anche ammirare le cime da vicino.

Se sei un patito di MTB potrai scatenarti su due single trail con superfici naturali e in parte asfaltate: l'Erla Trail e lo Standschützen Trail. Le cabinovie Tre Cime e Croda Rossa ti porteranno alle partenze dei percorsi.

510 Radroute Sexten
Ciclabile Sesto

⟷ 12 km ↑ 300 m ↓ 10 m

Download GPX

DE | IT

Ganz viel Natur, gelebtes Brauchtum und vielfältige Kultur

Im stetigen Auf und Ab entlang der Flüsse Rienz und Drau durchquerst du das grüne Pustertal. Dabei streift du seine Ortschaften, in denen es spannende Kulturgüter zu entdecken gibt. Entlang der Hauptachse kommst du immer wieder zu Abzweigungen in eines der Seitentäler wie das Tauferer Ahrntal, das Antholzertal, das Gsieser Tal oder in die Dolomitentäler wie das ladinische Gadertal, das Pragsertal und Sextental. Damit dir genug Zeit zum Entdecken bleibt, empfehlen wir, die Route in Etappen zu bewältigen.

Le mille facce di natura, tradizioni e cultura

In un costante saliscendi lungo i fiumi Rienza e Drava attraverserai la verdeggiante Val Pusteria. Lungo il percorso ti aspettano numerosi borghi e beni culturali. Lungo l'asse principale si incontrano i numerosi accessi alle valli laterali come quella di Tures, Aurina e di Anterselva, alla Val Casies e alle dolomitiche Val Badia, alla Valle di Braies e alla Val di Sesto. Per avere tempo sufficiente per le tue scoperte, ti consigliamo di svolgere il percorso a tappe.

Das ist Radfahren in Südtirol

Auf einem gut ausgebauten Netz an Radwegen und -routen durchquerst du alpine-mediterrane Regionen. Einzigartige landschaftliche Bilder, einzigartige Kulturschätze, Genießer kulinarische Genüsse, Weststeiermark und Bayern. Dabei bist du dich auf Spurensuche der alten Römer, der einer Radtour durch das grüne Pusterta! (1) durchquerst du die alpine Landschaft zwischen Alpenhauptkamm und Dolomiten, kommst bis nach Bozen (2) historische Städte, die drei Hauptorten und alte Meisterwerke verbunden und führen über die Landesgrenzen hinaus.

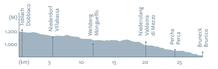
Explore l'Alto Adige in bici

Su una rete che sviluppata di piste e percorsi ciclabili si attraversano ogni volta che continuano opione e culturali unici. Cuoco patti gelizioni e eseguite il vino locale, lungo la "Ciclabile dell'Adige" (2) Bolzano e Bolzano, scoprirai città ed edifici ricchi di storia. I tre percorsi principali sono tutti collegati tra loro e conducono oltre i confini con Trentino, Svizzera e Austria.

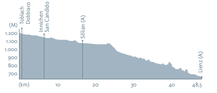
Download GPX

1 **Etappe: Franzensfeste – Bruneck**
Tappa: Fortezza – Brunico
⟷ 35 km ↑ 350 m ↓ 410 m

2 **Etappe: Toblach – Bruneck**
Tappa: Dobbiaco – Brunico
⟷ 30 km ↑ 100 m ↓ 480 m



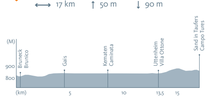
3 **Etappe: Toblach – Innichen – Lienz (A)**
Tappa: Dobbiaco – San Candido – Lienz (A)
⟷ 50 km ↑ 120 m ↓ 660 m



Radroute Gardertal
Ciclabile della Val Badia
⟷ 18 km ↑ 660 m ↓ 340 m

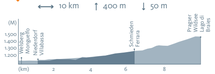
Radroute Tauferer Ahrntal
Ciclabile delle Valli di Tures e Aurina
⟷ 17 km ↑ 50 m ↓ 90 m

Radroute Antholzertal
Ciclabile della Valle Anterselva
⟷ 10 km ↑ 120 m ↓ 10 m

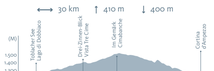


Radroute Gsieser Tal
Ciclabile della Val Casies
⟷ 18 km ↑ 430 m ↓ 40 m

Radroute Prags
Ciclabile della Valle di Braies
⟷ 10 km ↑ 400 m ↓ 50 m



Dolomiten-Radweg Toblach – Cortina (E1)
Ciclabile delle Dolomiti Dobbiaco – Cortina (E1)
⟷ 30 km ↑ 410 m ↓ 400 m



Radroute Sexten
Ciclabile Sesto
⟷ 12 km ↑ 300 m ↓ 10 m

bettandbike

Gäste mit Fahrrad haben besondere Bedürfnisse: vom sicheren Stellplatz mit Ladestation über Werkzeug bis hin zum vollwertigen Frühstück für sportlich Aktive. Für Radfahrer gibt es in Südtirol Unterkünfte mit dem ADFC-Bett+Bike Qualitätssiegel, die besondere Dienstleistungen bieten und einen Radurlaub in Südtirol so angenehm wie möglich machen. Hier bist du als Radfahrer bestens aufgehoben.

bettandbike

Gli ospiti in bicicletta hanno esigenze particolari: dai parcheggi sicuri con stazioni di ricarica ad attrezzature e colazioni varie e nutrienti adatti agli sportivi. Per i ciclisti l'Alto Adige offre strutture ricettive per ciclisti con il marchio di qualità ADFC Bett+Bike rispettose delle esigenze del ciclotuirista. Qui, i ciclisti come te sono in buone mani!

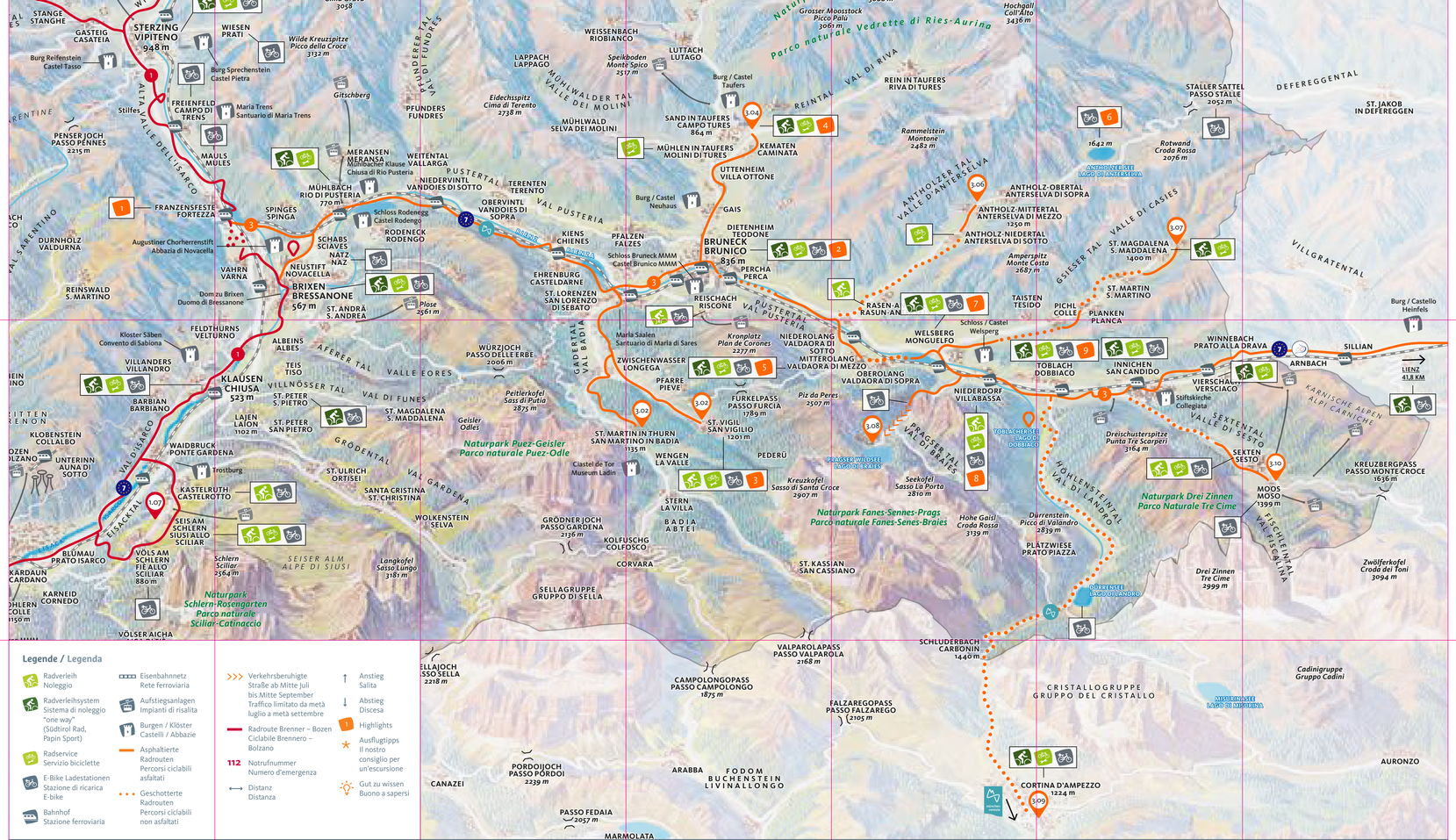
bett+bike adfc | bett+bike sport adfc

Radverleih und Radtransport

Nutze für einen Radausflug das Angebot eines südtirolweiten Radverleihsystems „one-way", bei dem du mit dem Fahrrad quer durch Südtirol radeln, das Rad bei einem der zahlreichen Verleihstationen abgegeben und ohne Rad wieder bequem mit dem Zug zurück zum Ausgangspunkt gelangen kannst (one-way). Die Mitnahme von Fahrrädern in öffentlichen Verkehrsmitteln ist kostenpflichtig und nur begrenzt möglich. Daher empfehlen wir dir die Rückfahrt bzw. den Start der Fahrradtour außerhalb der Stoßzeiten.

Noleggio e trasporto biciclette

Per un'escursione in bicicletta, approfitta del sistema di noleggio bici "bike sharing one-way" in tutto l'Alto Adige. Grazie a questo servizio potrai pedalare in tutto l'Alto Adige, consegnare la bici in una delle numerose stazioni di noleggio e tornare comodamente al punto di partenza in treno e senza la bici (one-way). Il trasporto delle biciclette sui mezzi pubblici è a pagamento ed è possibile solo in misura limitata. Ti consigliamo quindi di rientrare o di iniziare il tuo tour in bicicletta al di fuori degli orari di punta.


STERZING VIPITENO 948 m
WIESEN PRATI
Wilde Kreuzspitze Picco della Croce 3132 m
Burg Reifenstein Castel Tasso
Burg Sprechenstein Castel Pietra
FREIENFELD CAMPO DI TRENS
Maria Trens Santuario di Maria Trens
Gitschberg
PENSER JOCH PASSO PENNES 2215 m
MAULS MULES
MERANSEN MERANSA
Mühlbacher Klause Chiusa di Rio Pusteria
MÜHLBACH RIO DI PUSTERIA 770 m
FRANZENSFESTE FORTEZZA
SPINGES SPINGA
SCHABS SCIAVES
NATZ NAZ
NEUSTIFT NOVACELLA
BRIXEN BRESSANONE 567 m
ST. ANDRÄ S. ANDREA
Augustiner Chorherrenstift Abbazia di Novacella
Dom zu Brixen Duomo di Bressanone
VAHRN VARNA
REINSWALD S. MARTINO
DURNHOLZ VALDURNA
WEITENTAL VALLARGA
NIEDERVINTL VANDOIES DI SOTTO
OBERVINTL VANDOIES DI SOPRA
TERENTEN TERENTO
KIENS CHIENES
PFALZEN FALZES
Schloss Rodenegg Castel Rodengo
RODENECK RODENGO
EHRENBURG CASTELDARNE
ST. LORENZEN SAN LORENZO DI SEBATO
Plose 2561 m
PFUNDERS FUNDRES
LAPPACH LAPPAGO
WEISSENBACH RIOBIANCO
Speikboden Monte Spico 3117 m
Eidechspitze Cima di Terento 2738 m
MÜHLWALD SELVA DEI MOLINI
LUTTACH LUTAGO
Burg / Castel Taufers
SAND IN TAUFERS CAMPO TURES 864 m
MÜHLEN IN TAUFERS MOLINI DI TURES
KEMATEN CAMINATA
UTTENHEIM VILLA OTTONE
Burg / Castel Neuhaus
GAIS
DIETENHEIM TEODONE
BRUNECK BRUNICO 836 m
PERCHA PERCA
Schloss Bruneck MMM Castel Brunico MMM
REISCHACH RISCONE
Grosser Moosstock Picco Palù 3061 m
Hochgall Coll'Alto 3436 m
REIN IN TAUFERS RIVA DI TURES
Rammelstein Montone 2482 m
ANTHOLZER TAL VALLE D'ANTERSELVA
ANTHOLZ-OBERTAL ANTERSELVA DI SOPRA
ANTHOLZ-MITTERTAL ANTERSELVA DI MEZZO 1250 m
ANTHOLZ-NIEDERTAL ANTERSELVA DI SOTTO
Ampersپitze Monte Costa 2687 m
ANTHOLZER SEE LAGO DI ANTERSELVA
1642 m
Rotwand Croda Rossa 2976 m
STALLER SATTEL PASSO STALLE 2052 m
DEFEREGGENTAL
ST. JAKOB IN DEFEREGGEN
GSIESER TAL VALLE DI CASIES
ST. MAGDALENA S. MADDALENA 1400 m
ST. MARTIN S. MARTINO
PICHL COLLE
TAISTEN TESIDO
PLANKEN PLANCA
VILLGRATENTAL
Burg / Castello Heinfels
RASEN-A RASUN-AN
Schloss / Castel Welsperg
WELSBERG MONGUELFO
NIEDERLANG VALDAORA DI SOTTO
MITTERLANG VALDAORA DI MEZZO
OBERLANG VALDAORA DI SOPRA
Kronplatz Plan de Corones 2277 m
Marla Stalen Santuario di Maria di Sares
ZWISCHENWASSER LONGEGA
PFARRE PIEVE
FÜRKELPASS PASSO FURCIA 1789 m
ST. VIGIL SAN VIGILIO 1201 m
Piz da Peres 2507 m
NIEDERDORF VILLABASSA
TOBLACHER SEE LAGO DI DOBBIACO
TOBLACH DOBBIACO
INNICHEN SAN CANDIDO
WINNEBACH PRATO ALLA DRAVA
ARNBACH
SILLIAN
LIENZ 41,8 KM
VIERSCHACH VERSCIACO
Stiftskirche Collegiata
SEXTENTAL VALLE DI SESTO
SEXTEN SESTO
Dreischusterspitze Punta Tre Scarperi 3164 m
KARNISCHE ALPEN ALPI CARNICHE
KREUZBERGPASS PASSO MONTE CROCE 1636 m
MOOS MOSO 1399 m
Naturpark Drei Zinnen Parco Naturale Tre Cime
Drei Zinnen Tre Cime 2999 m
Zwölferkofel Croda del Toni 3094 m
MÖHLENTAL VALLE DI LANDRO
DÜRRENSEE LAGO DI LANDRO
Dürrenstein Picco di Valandro 2839 m
PLÄTZWIESE PRATO PIAZZA
Hohe Gaisl Croda Rossa 3139 m
PRAGSER WILDSEE LAGO DI BRAIES
Seekofel Sasso La Porta 2810 m
Kreuzkofel Sasso di Santa Croce 2907 m
PRAGSERTAL VALLE DI BRAIES
PEDERÜ
WENGEN LA VALLE
ST. MARTIN IN THURN SAN MARTINO IN BADIA 1135 m
Ciastel de Tor Museum Ladin
Naturpark Puez-Geisler Parco naturale Puez-Odle
Naturpark Fanes-Sennes-Prags Parco naturale Fanes-Senes-Braies
STERN LA VILLA
BADIA ABTEI
GRÖDNER JOCH PASSO GARDENA 2136 m
KOLFUSCHG COLFOSCO
CORVARA
ST. KASSIAN SAN CASSIANO
SELLAGRUPPE GRUPPO DI SELLA
Langkofel Sasso Lungo 3181 m
Schlern Sciliar 2564 m
SEISER ALM ALPE DI SIUSI
Naturpark Schlern-Rosengarten Parco naturale Sciliar-Catinaccio
SEIS AM SCHLERN SIUSI ALLO SCILIAR
VÖLS AM SCHLERN FIÉ ALLO SCILIAR 880 m
BLÜMAU PRATO ISARCO
KARNEID CORNEDO
KARDAUN CARDANO
VÖLSER AICHA
KASTELRUTH CASTELROTTO
Trostburg
ST. ULRICH ORTISEI
SANTA CRISTINA ST. CHRISTINA
WOLKENSTEIN SELVA
KLOSTERSTEIN COLLALBO
UNTERINN AUNA DI SOTTO
WAIDBRUCK PONTE GARDENA
LAJEN LAIÓN 1102 m
ST. PETER SAN PIETRO
ST. PETER S. PIETRO
TEIS TISO
ALBEINS ALBES
FELDTHURNS VELTURNO
Kloster Säben Convento di Sabiona
VILLANDERS VILLANDRO
BARBIAN BARBIANO
KLAUSEN CHIUSA 523 m
ST. MAGDALENA S. MADDALENA
Geisler Odles
Peitlerkofel Sass di Putia 2875 m
WÜRZJOCH PASSO DELLE ERBE 2006 m
GADERTAL VAL BADIA
VALLE EORES
VAL DI FUNES
GRÖDNERTAL VAL GARDENA
EISACKTAL VAL D'ISARCO
VALLE DI FUNDRES
VALLE DI MOLINI
VALLE DI RIVA
REINTAL
Parco naturale Vedrette di Ries-Aurina
Naturpark Rieserferner-Ahrn
ANTHOLZER SEE LAGO DI ANTERSELVA
VALLE DI SARENTINO
VALLE DI FUNES
VALLE DI TUREN
VALLE DI LANDRO
VALLE DI SESTO
VALLE DI SESLA
VALLE DI BRAIES
VALLE DI LA VALLE
VALLE DI ABTEI
VALLE DI GARDENA
VALLE DI FASSA
VALLE DI ZOLDO
VALLE DI CADORE
VALLE DI AURONZO
VALLE DI ANTERSELVA
VALLE DI CASIES