



individuell reisen

Michael Müller Verlag

Florian Fritz · Sibylle Fritz

Dolomiten



15 Wanderungen und Touren

Inhaltsverzeichnis

Unterwegs mit Florian und Sibylle Fritz Orientiert in den Dolomiten

Dolomiten im Profil

Erlebnis Natur und Kultur

Aktiv in den Dolomiten

Dolomiten mit Kindern

Unterwegs in den Dolomiten

Das Pustertal

Toblach

Niederdorf

Das Pragser Tal

Die Plätzwiese

Durch das Höhlensteintal

Über den Misurinasee zu den Drei Zinnen

Innichen

Sexten

Weiter Richtung Bruneck

Welsberg

Olang

Bruneck

Die Umgebung von Bruneck

Dietenheim

St. Lorenzen/Kloster Sonnenburg

Kiens, Ehrenburg und St. Sigmund

Auf dem Kronplatz

Von Brixen zum Rosengarten

Brixen

Ausflüge in die Umgebung von Brixen

Auf die Plose

Das Lüsner Tal

Klausen

Lajen
Waidbruck
Das Villnösser Tal
Das Seiser-Alm-Gebiet
Seis
Völs
Völser Weiher
Kastelruth
Ausflüge in die Umgebung von Kastelruth
Auf der Seiser Alm
Auf den Puflatsch
Bozen
Das Rosengartengebiet
Tiers und das Tierser Tal
Steinegg und Gummer
Das Eggental
Welschnofen
Im Rosengarten
Der Karersee
Im Latemar
Deutschnofen

Das Gadertal und das Grödner Tal

Das Gadertal (Abteital)

Alta Badia – das Hochabteital

Das mittlere Gadertal

Abtei (ital. Badia)

Wengen (ital. La Val)

St. Martin in Thurn (San Martino in Badia)

Enneberg (Marebbe)

Weiter in Richtung Bruneck

Das Grödner Tal

St. Ulrich (ital. Ortisei, lad. Urtijëi)

St. Christina (ital./lad. Santa Cristina)

Wolkenstein (ital. Selva Valgardena, lad. Sëlva)

Die Trentino-Dolomiten

Das Fassatal (ital. Val di Fassa, lad. Fascia)

Vigo di Fassa (lad. Vich)

Pozza di Fassa (lad. Poza), Pera und Meida

Moèna

Canazei (lad. Cianacei)

Campitello (lad. Ciampedel)

Das Fleimstal (ital. Val di Fiemme)

Cavalese

Predazzo

Das Primiero

San Martino di Castrozza

Fiera di Primiero und Umgebung

Die Belluno-Dolomiten

Das Agordino

Das Val de Fodóm (Buchenstein) mit Arabba (lad. Rèba)

Der Passo Falzàrego und der Passo di Valparola

Das Valbiois

Àlleghe und die Civetta

Das Zoldano

Das Ampezzo mit Cortina d'Ampezzo

Das Cadore

San Vito di Cadore

Pieve di Cadore und Umgebung

Auronzo di Cadore und Umgebung

Die Marmarole

Durch das Piavetal nach Belluno

Belluno

Nachlesen & Nachschlagen

Naturraum Dolomiten

Anreise

Verkehrsmittel vor Ort

Übernachten

Essen und Trinken

Sport

Feste, Brauchtum, Veranstaltungen Einkaufen und Souvenirs

Und sonst noch ...

- Geld und Banken
- Im Krankheitsfall
- Information
- Internet und Apps
- Klima
- Kommunikation
- Konsulate
- Landkarten
- Literatur
- Notruf/Infodienste
- Öffnungszeiten

Kleiner Abriss der Geschichte

Wandern in den Dolomiten

- Wanderung 1
- Wanderung 2
- Wanderung 3
- Wanderung 4
- Wanderung 5
- Wanderung 6
- Wanderung 7
- Wanderung 8
- Wanderung 9
- Wanderung 10
- Wanderung 11
- Wanderung 12
- Wanderung 13
- Wanderung 14
- Wanderung 15

Über dieses Buch

Impressum

Fotonachweis

Was haben Sie entdeckt?
Übersichtskarten und Pläne
Index

Alles im Kasten

Wintersport im Pustertal

Der Pustertal-Radweg zwischen Mühlbach und Lienz
(Osttirol)

Der Naturpark Sextener Dolomiten

Der Naturpark Puez-Geisler

Heubäder, eine Völser Spezialität

Das Tschamintal und der Naturpark Schlern-
Rosengarten

Auf der Großen Dolomitenstraße

König Laurin und der Rosengarten

Die Viles des Gadertals

Unterwegs im Naturpark Fanes-Sennes-Prags

Die Grödner Holzschnitzkunst

Luis Trenker

Adler im Langental

SellaRonda – im Winter oder Sommer sportlich um die
Sella

Sèn Jan di Fassa? San Giovanni di Fassa? Vigo di Fassa?
Pozza di Fassa?

Wandmalereien im Fassatal

Das ladinische Haus des Fassatals

Der Parco Nazionale Dolomiti Bellunesi

Gelato artigianale – was das Zoldana, das Cadore und
die Eisdiele bei uns ums Eck miteinander verbindet

Cortina: Olympische Spiele und Weltmeisterschaften in
sieben Jahrzehnten

UNESCO-Welterbe Dolomiten

Neues Leben nach dem Sturm: der Orkan Vaia 2018

Törggelen

Dolomiti Superski
Suoni delle Dolomiti/Klänge der Dolomiten

Kartenverzeichnis

Das Pustertal
Bruneck/Brunico
Von Brixen zum Rosengarten
Brixen/Bressanone
Bozen/Bolzano
Gadertal und Grödner Tal
St. Ulrich/Urtijei/Ortisei
Wolkenstein/Selva
Die Trentino-Dolomiten
Canazei/Cianacei
Die Belluno-Dolomiten
Cortina d'Ampezzo
Belluno
Wanderung 1
Wanderung 2
Wanderung 3
Wanderung 4
Wanderung 5
Wanderung 6
Wanderung 7
Wanderung 8
Wanderung 9
Wanderung 10
Wanderung 11
Wanderung 12
Wanderung 13
Wanderung 14
Wanderung 15
Legende

Dolomiten-Übersicht
Dolomiten
Unesco Welterbe

Tourenverzeichnis

GPS-Wanderung 1: Die „Seekofelrunde“

Wanderung 2: Vom Fischleinboden zu den Drei Zinnen

GPS-Wanderung 3: Auf den Helm und zur Sillianerhütte

Wanderung 4: Rund um die Aferer Geisler

Wanderung 5: Von der Seiser Alm auf den Schlern und zum Tierser Alpl

Wanderung 6: Von Stern auf die Fanes und nach St. Kassian

GPS-Wanderung 7: Von der Seceda zur Regensburger Hütte und nach Wolkenstein

GPS-Wanderung 8: Rund um den Langkofel

Wanderung 9: Vom Ciampedié zur Paolina

Wanderung 10: Der Bindelweg

Wanderung 11: Zu den Laghi di Colbricon in der Lagoraiette

Wanderung 12: Rund um die Pale di San Martino

Wanderung 13: Vom Passo Falzàrego rund um Averau und Nuvolau

Wanderung 14: Unter den Wänden der Civetta

GPS-Wanderung 15: Rund um die Drei Zinnen

Unterwegs mit Florian und Sibylle Fritz

Beide Jahrgang 1967, von Beruf Sozialpädagoge und Erzieherin, er freiberuflicher Autor und Fotograf, sie Co-Autorin und Recherche-Weltmeisterin.



Noch mehr „Fritz“ finden Sie auf www.flofritz.de

Erste Begegnungen mit den Dolomiten: Bei Florian mit sechs Jahren die Rosengarten-Umwanderung (größtenteils auf den Schultern seines Vaters), Nächte unter Lärchen im alten VW-Bus und das Fertigmü auf dem Gascocher (würde er heute nicht mehr essen!). Bei Sibylle als junge Erwachsene der Santnersteig im Rosengarten, Beginn einer Klettersteigleidenschaft bis heute.

Seit wir die Dolomiten beruflich bereisen, hat sich manches verschoben: Köstliche vier Gänge in komfortablen Hütten mit Übernachtungen im Lärchenzimmer inklusive Sprudelbad, moderne Großraumseilbahnen mit 150 anderen, immer mehr biologische und regionale Produkte in einer qualitativ immer besseren Küche. Aber auch das einfache Leben gelingt noch: Beim Schlafen im Dachzelt oder vor einer dampfenden Gerstsuppe auf dem Bergbauernhof. Das UNESCO-Weltkulturerbe ist dazugekommen, der Tourismus viel mehr geworden und das Bewusstsein für die Bedeutung der ladinischen Kultur ist gestiegen. Anders als im wirtschaftlich dynamischen Südtirol geht es im Trentino und Belluno italienisch entspannt und lässig zu. Und gekrönt wird alles vom rot strahlenden Dolomit des schönsten Gebirges weit und breit.

In eigener Sache

Wegen der andauernden Corona-Pandemie sind Museen, Restaurants, Veranstaltungen usw. kurzfristig nur eingeschränkt oder gar nicht zu besuchen. Deswegen können nicht alle Informationen in diesem Buch auf dem aktuellen Stand sein. Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis und bitten Sie, gelegentlich einen Blick auf unsere Internetseiten zu werfen, wo wir Sie über Ihr Reisegebiet auf dem Laufenden halten. Wenn Sie mögen, können Sie diesen Service mit eigenen Erfahrungen vor Ort unterstützen. Schreiben Sie uns unter info@michael-mueller-verlag.de, Stichwort „Reisebuch-Updates“. Wir sind dankbar für jeden aktuellen Hinweis.



Orientiert in den Dolomiten

Dolomiten im Profil

Die Dolomiten sind ...

Dieses einzigartige Gebirge ist Teil des UNESCO-Welterbes: Ein Reich der zerklüfteten Kalk- und Dolomitspitzen, der riesigen Plateaus, der Kontraste zwischen grünen Almwiesen und grellweißem Gestein - eines der großen Wunder unserer Erde.



Die Königin der Dolomiten ist die 3342 m hohe Marmolada mit ihrer Gletscherflanke und der gewaltigen Südwand.

... ein außergewöhnliches Gebirge

Die Dolomiten sind nicht wie die meisten Gebirge der Erde ein Kettengebirge, sondern bestehen aus isolierten Gruppen und Einzelerhebungen, zwischen denen oft tiefe Täler verlaufen. Die Gestalt dieser Berggruppen ist häufig so einmalig, dass sie sich ins Gedächtnis einprägen: die Drei Zinnen, der Peitlerkofel, der Monte Pelmo, die Tofanen oder der Steilabfall des Schlern mit den vorgelagerten Türmen. Außergewöhnlich ist auch, wie gut die Dolomiten zu erreichen und wie gut sie erschlossen sind. Welches Gebirge kann man schon bis in seine Mitte über Straßen erfahren, über Bergbahnen, Gebirgssteige, versicherte Klettersteige, Radrouten und Skipisten bis in den letzten Winkel erforschen? Und am Ende des Tages lässt einen das legendäre Alpenglühen staunen, wenn die Abendsonne die mächtigen Dolomitwände des Rosengartens in warmen, zunehmend rötlichen Farbtönen anstrahlt - die *Enrosadüra*, wie es die Ladinier nennen.

... ein Traumrevier zum Bergwandern und Bergsteigen

Die Fülle der Wege, Steige, versicherten Klettersteige und Felsrouten ist zu groß, um von einem Menschen in nur einem Leben bewältigt werden zu können. Für jeden Geschmack und alle Leistungsklassen gibt es ein schier grenzenloses Angebot: sanfte Spazierwege unten im Tal und oben auf der Alm, schwierige Routen auf die Schleierkante und auf die Kleine Zinne, Weitwanderwege durch die Dolomiten z. B. vom Pustertal zum Piavetal, Hüttenwanderungen oder Gipfelrouten für einigermaßen Geübte, spektakuläre Klettersteige aller Schwierigkeitsgrade und Längen - 160 Jahre alpiner Tourismus haben die Wege und die Hütten hervorgebracht, die in einem der besterschlossenen Berggebiete der Erde die Voraussetzung für die Verwirklichung jedes Bergtraumes sind.

... die Heimat der Ladinier

In Canazei, Wolkenstein, Corvara, Arabba und Cortina d'Ampezzo wird untereinander Ladinisch gesprochen. Wer im Café oder Restaurant bzw. beim Wandern aufmerksam lauscht, dem wird der weich und melodisch klingende Sprachduktus nicht entgehen. Ladinisch hat sich wie Italienisch, Spanisch und Französisch aus dem Spätlatein entwickelt, es gehört zu den rätoromanischen Sprachen. Dabei kann sich die Sprache von Tal zu Tal erheblich unterscheiden. Buchensteiner und Wolkensteiner mögen zwar in langer Tradition verbunden sein, aber in der Alltagssprache und auch der Schriftform gibt es erhebliche Abweichungen, und manchmal versteht man sich auch einfach nicht. Ladiner sind Alt-Tiroler, bis 1914 gehörte ihr Land zu Altösterreich, und als Tiroler fühlen sich viele noch heute.

... ein Ort traditioneller und moderner Bergbauernkultur

Die Almwirtschaft war eine Grundbedingung des Halbnomadentums, das fast alle Bergvölker praktizieren. In den Dolomiten ist dieses System noch vital. Der Tourismus gefährdet es einerseits, schafft andererseits aber neue Aufmerksamkeit und ermöglicht eine Transformation in die Moderne. Almen und Hochweiden für Ziegen und Schafe weit über der Baumgrenze sind weiter existent, auch Almprodukte wie Milch, Butter und Käse. Neu hinzu kommen interessierte Gäste, die bei der Almarbeit und Käseproduktion mithelfen. Traditionelle Gerichte werden auch in der gehobenen Gastronomie gekocht und somit nicht nur erhalten, sondern neuen Kundenkreisen erschlossen. Traditionelle Musik wird von jungen Künstlern als Cross-over in die Gegenwart geführt. Um zu überleben, muss sich die Kultur nicht aufgeben, aber offen sein für Neues und kreative Impulse.

... kulinarisch überraschend vielfältig

Traditionen zwischen Strudel, Polenta und Pasta, angereichert mit ladinischer Note - das macht einen hochinteressanten Mix. Die beliebten

Schlutzkrapfen sind z. B. bei den Ladinern leicht variiert als Casunziei bekannt. Überall gilt: Man nehme lokale Produkte, verwende Buchweizen und Mohn, Äpfel und Pflaumen, Milch, Butter und Käse von der Alm, Pilze aus den hiesigen Wäldern, Wildbret, Lamm und Schwein, der Wein darf schon mal aus der Tiefebene stammen. Die Zubereitungen sind manchmal ähnlich und nur die Namen verschieden. Also: *Knödel* und *canederli*, *Schlutzkrapfen/mezzelune/casunziei*, *Nockerl/gnocchi*, *Buchweizentorte/torta di grano sarazeno* oder auch ganz einer bestimmten Tradition verbunden: *Bauernkrapfen* (Südtirol), *strozzapreti* (Trentino).

Vom Berg bis in die Täler

Erlebnis Natur und Kultur

Kirchturmspitzen vor blendenden Gipfeln, Alm-Abtriebe und die Mahler-Musikwochen - in den Dolomiten gehen Natur und Kultur stets eine enge Verbindung ein.



Das Kirchlein von Ranui vor den Geislerspitzen: Instagram-Renner und einer der schönsten Orte der Dolomiten.

Geschützte Traumlandschaft

Das UNESCO-Welterbe Dolomiten, entstanden vor bis zu 240 Mio. Jahren, war früher ein Meeresgrund. Deshalb finden sich noch heute Fossilien auf vielen Hochflächen, wie z. B. der Puez-Hochebene, und selbst in Gipfelhöhen. Vorherrschendes Gestein ist der im Abendlicht rötlich glänzende Dolomit. Diese einmalige Felskulisse ist durch vier Naturparks besonders geschützt und sanft touristisch erschlossen: Sextener Dolomiten, Puez-Geisler, Schlern-Rosengarten, Fanes-Sennes-Prags.

Alpen-Architektur

Die Architektur ist geprägt von österreichischen, italienischen, ladinischen, venezianischen und unterschiedlichen bergbäuerlichen Einflüssen. So gibt es in Bozen, Bruneck und Brixen stattliche **Palazzi und Laubengänge**. Diese findet man in venezianischer Ausprägung in Agordo und Belluno, meist gruppiert um einen großen zentralen Platz. Im ladinischen Sprachraum dominieren die **Viles**, kleine Ansammlungen von teils mächtigen Bergbauernhöfen wie in La Val oder Longiarü. Im Agordino und Zoldano sind die Häuser mit Holzbalkonen gern mindestens vierstöckig, denn im Laufe der Zeit setzte jede Generation ein neues Stockwerk obendrauf. Daneben haben sich zahlreiche **Tabià**, mittelalterliche Scheunen, erhalten, besonders in Mezzano und Fornesighe.

Zur Demonstration herrschaftlicher Macht und Sicherung von Wegen dominieren **Burgen** strategische Punkte, wie die mittelalterliche Ruine der Burg Andraz bei Buchenstein oder das mächtige Schloss Prösels bei Völs.

Und heute? Ganz Südtirol ist eine beliebte Spielwiese innovativer Architekten, was zahlreiche **spektakuläre Bauten** demonstrieren, u. a. die einem holzverkleideten dreischiffigen Kirchenbau ähnelnde Hütte Oberholz am Latemar, das den Tofanen nachempfundene, kaskadenförmige Hotel Tofana in St. Kassian oder im Fassatal den Agriturismo Fiores mit seiner filigranen Holzkonstruktion.

Highlights - nicht verpassen!

Messner-Mountain-Museen: Das Verhältnis von Mensch und Berg beleuchten die Museen von Reinhold Messner unter jeweils anderen Aspekten, z. B. im MMM Ripa in Bruneck, MMM Dolomites am Monte Rite und MMM Coronas auf dem Gipfelplateau des Kronplatz.

Fotomuseum Lumen: Interaktives Museum in spektakulärer Architektur mit tollen Bildern zur Geschichte der Bergfotografie.

Gletschermumie Ötzi: Der berühmte Mann aus dem Eis liegt in einer Kühlkammer im Archäologiemuseum in Bozen - ein Muss!

Stiftskirche in Innichen: Die mächtige romanische Kirche ist die größte ihrer Art in den Dolomiten.

San Giovanni und Santa Giuliana: In Vigo di Fassa sollten Sie das schöne spätgotische Netzrippengewölbe der UrPfarrkirche des Fassatals nicht verpassen. Über dem Ort thront die gotische Wallfahrtskirche Santa Giuliana mit einer Kapelle von 1297.

Magnifica Comunità di Fiemme: Im bischöflichen Renaissancepalast in Cavalese sieht man holzgetäfelte, freskengeschmückte Säle und düstere Gefängniszellen.

Santa Barbara in Tolpei: In La Val/Wengen liegt hoch oben an einem steilen Hang diese gotische Kapelle mit schönen Fresken.

Aussichtsplätze: Einen der schönsten Ausblicke der Dolomiten genießt man vom Pez, dem Gipfel des Schlern, aber auch der Blick vom Bindelsteig im Fassatal auf den Fedaia-Stausee und die Marmolada sucht seinesgleichen.

Gipfelerlebnisse: Eine Nacht auf dem Monte Rite im ehemaligen Bunker und dabei den Sonnenuntergang auf dem Dach des MMM Dolomites mit Blick auf Monte Pelmo und Civetta erleben - mehr Dolomiten geht nicht!

Dorfperlen: Zu den Schätzen gehört Mezzano im südlichen Primiero mit seinem intakten Ortsbild, ebenso wie Cibiana di Cadore mit seinen zahlreichen Häuserfresken.

Feste (mit-)feiern: Ein Erlebnis sind der Oskar-von-Wolkenstein-Ritt auf dem Plateau von Seis, das Internationale Fest der Chöre im Hohepustertal, die Gustav-Mahler-Wochen in Toblach, der Almabtrieb der Ziegen in Cavalese, das Musikfestival Suoni delle Dolomiti in den Trentiner Dolomiten.

Outdoor-Vergnügen

Aktiv in den Dolomiten

Panoramahöhenwege, Klettertouren, Radeln, Skifahren, Rodeln, Schneeschuhwandern, Langlaufen - in den Dolomiten nicht aktiv zu sein, ist eigentlich unmöglich!



Autofrei aktiv: in den Dolomiten kein Wunsch, sondern Wirklichkeit dank Mobilcard und verschiedenen Gästekarten, Pendel- und Shuttlebussen, mehreren Bahnlinien und zahlreichen zusammenhängenden Bergbahngebieten.

Wanderlust

Die Dolomiten sind *das* Wandergebiet schlechthin. Ob entlang plätschernder Wasserläufe, unterbrochen nur von zahlreichen Almhütten am Weg, ob auf einem Spaziergang rund um den Fedaiasee, einer mehrtägigen Panoramatour in den spektakulären Pale di San Martino, ob auf breitem Forstweg zum Monte Rite oder auf den Steigen der Aferer Geisler, ob auf der Suche nach Adlerpäpchen hoch über dem Langental oder auf einsamen Pfaden in den Belluneser Dolomiten wie ins Valle Vescova - ausgestattet mit Rucksack, Wanderstöcken und Sonnenschutz sind Lust und Laune keinerlei Grenzen gesetzt.

Wanderungen **in allen Schwierigkeitsgraden**, stets akkurat beschildert auf in der Regel gut gepflegten Wegen, mit Sitzbänken, Einkehrmöglichkeiten, Aussichtsplätzen. Am Ende des Buches finden Sie im kleinen Wanderführer eine Auswahl an Wanderungen und weitere Infos.

Mountainbiken und Familienradeln

Ein **Mountainbike** ist in den Dolomiten ein ideales Fortbewegungsmittel. Mit Pässen deutlich über der 2000er-Grenze, aber auch mit vielen niedrigeren Sätteln, mit Holperstrecken für Bikefreaks und netten Abfahrten für weniger Geübte. Die Fanes- und die Sennes-Hochebene lassen sich z. B. hervorragend mit dem MTB erreichen, ebenso die herrliche Plätzwiese, die einsam gelegene Alm Pramper in den Belluneser Dolomiten oder auch das langgezogene Durontal, das Richtung Plattkofelhütte führt. Die Seiser Alm ist ein MTB-Paradies für Anfänger und Fortgeschrittene.

Achtung auf den Straßen, hier herrscht Konkurrenz mit Motorrad- und Autofahrern. Für die gesamten Dolomiten gilt, dass die Trennung bzw. wo nötig Zusammenführung von Wanderern und Radlern gut geglückt ist und erheblich mehr gegenseitige Toleranz herrscht als z. B. in den bayerischen Alpen.

Aber auch **Familien** finden in den Dolomiten zahlreiche gepflegte Radwege - vorrangig am Gebirgsrand, aber auch mitten durch das Gebirge. Man muss nicht mal ein Gefährt dabei haben, denn es gibt Verleihstellen, und

auch für den Rücktransport ist gesorgt. Der Pustertalradweg von Franzensfeste bis Toblach führt teilweise malerisch an der Rienz entlang und stets mäßig bergan, zurück geht es auch mit dem Zug. Von Toblach nach Cortina fährt man auf einer alten Bahnstrecke durch wildromantische Felslandschaft.

Klettern - am Fels und indoor

In den Dolomiten reihen sich 2000er und 3000er Zacke an Zacke, Grat an Grat. Unendlich ist die Auswahl an hochalpinen Bergtouren und **Klettersteigen (Vie Ferrate)** aller Schwierigkeitsgrade (und in sehr unterschiedlich gewarteter Qualität). Spektakulär senkrecht nach oben führend, aber technisch nicht schwierig ist der Pisciadù-Steig an der Sellagruppe. Auf den Sass Rigais, höchsten Gipfel der Geislerspitzen, führt ein langer, mittelschwerer Steig mit garantiertem Rundumblick vom Gipfel. In natürlichem Fels errichtete **Klettergärten** gibt es z. B. am Dürrensee oder am Adolf-Munkel-Weg im Villnösser Tal. Und bei Regenwetter kann man sich in modernsten **Kletterhallen** austoben, z. B. in Bruneck, Wolkenstein, Sexten, Corvara und Bozen (beim Salewa-Firmensitz).

Ski, Snowboard, Schneeschuh

In der ersten Februarhälfte ein Quartier in Wolkenstein, Canazei, Corvara, Seis oder Eggental zu bekommen, ist mit einiger Sucharbeit verbunden und garantiert kein Schnäppchen. Massen von Skilustigen aus Italien und Osteuropa, Snowboarder von überallher und immer mehr Schneeschuhläufer und Winterwanderer lassen die Zahl der freien Betten schrumpfen.

Kein Wunder: Rund um die Sella winkt ein **Skizirkus** von einer Dichte und Anspruchsvielfalt, die seinesgleichen sucht. **Skischaukeln** befördern vom einen ins andere Tal, Abfahrten jeder Schwierigkeitsklasse und **Snow Parks** für die Snowboarder, z. B. in Alta Badia, Canazei, Grödnertal, am Kronplatz und in Sexten, lassen keine Wünsche offen. Was dann noch vorhanden sein muss, ist der Schnee. Aufgrund ihrer Höhenlage sind die

meisten Dolomitenorte allerdings auf absehbare Zeit, dem Klimawandel zum Trotz, als schneesicher einzustufen. Gegebenenfalls hilft, wiewohl ökologisch umstritten, die künstliche Beschneigung nach.

Entspannter Familienurlaub

Dolomiten mit Kindern

Die Dolomiten sind eine Region, die großteils auf Familienurlaub eingestellt ist und zur bestehenden Palette an Freizeit- und Spezialangeboten jährlich neue hinzufügt - ein Paradies für Kinder!

„Speziell für Kinder“ weist im Reiseteil bei den praktischen Infos der Orte auf Aktionen und Attraktionen hin, die dem Nachwuchs den Urlaub so richtig versüßen.



Kinder willkommen

Kinder und Jugendliche aller Altersgruppen finden in den Dolomiten Fun und Action. Fassalandia nennt sich z. B. der Zusammenschluss kindgerechter Angebote im Fassatal . Vom Besuch beim Bergbauernhof über Puppentheater bis zu geführten Berg- und MTB-Touren ist alles dabei, passend für jedes Alter.

In großen Hotels (es gibt zudem nicht wenige Familienhotels) und auf großen Campingplätzen sind in der Hochsaison Kinderprogramme und -animation selbstverständlich, in den italienischsprachigen Tälern ist das

besonders ausgeprägt, weil italienische Familien es lieben! Im Winter gibt es flächendeckend Skikindergärten und Kinderskikurse.

Familienfreundliche Preise

Billig ist Familienurlaub zwar nie, aber er fällt nicht so ins Gewicht, wenn die ganz Kleinen gar nichts zahlen und die Heranwachsenden Rabatte bis zu 50 % bei Eintritten und Unterkünften bekommen. Mit der Seilbahn fahren Kinder unter 6 J. in der Regel umsonst, und Jugendliche häufig ermäßigt. Halbe Portion? In vielen Gastbetrieben gibt es Gerichte in kindgerechter Menge zu reduziertem Preis.

Wandern mit Kindern

Fast jede Wanderung in den Dolomiten führt an mindestens einer Almhütte vorbei, die neben deftigem Essen oftmals auch Streichelzoos zu bieten hat.

Zahlreiche **Themenwanderungen** verbinden Spaß und jede Menge Interessantes miteinander, z. B. der Oswald-von-Wolkenstein-Weg verbindet bei Seis am Schlern zwei mittelalterliche Burgruinen, am Buffaure im Fassatal gibt es einen Zauberpfad und einen Geologiepfad, das Latemarium am Latemar lockt mit dem leicht zu begehenden Kunstinstallationsweg RespirArt am Monte Agnello und auf der Seiser Alm warten am Puflatsch die Hexenbänke.

Uralte **Sagen und Geschichten** lenken auf zähen Wegstrecken ab: Vom berühmten König Laurin am Rosengarten über die Schlernhexen bis zur geheimnisvollen Königin von Fanes gibt es unterwegs viel zu erzählen (Kurzfassungen unter www.suedtirol.info). Viele Tourismusbüros verfügen über Info- und Malmaterial zu den Sagen. Im Buchhandel gibt es zahlreiche kindgerechte Ausgaben, bis hin zum Bilderbuch „Meine Südtiroler Sagenwelt“.

Spaß am und im Wasser

Im Sommer bieten sich der **Völser Weiher** und für Hartgesottene der Toblacher See für einen relaxten und erfrischenden Badetag an. Die übrigen Seen, meist Bergseen, sind in der Regel zu kalt zum Baden. **Bootsfahren** kann man hingegen neben dem Völser Weiher z. B. auch auf dem See von Àlleghe (Tret- und Ruderbootverleih, Windsurfen), dem Toblacher See, dem Pragser Wildsee und dem Misurinasee. Ein richtiger Wassererlebnispark ist die **Acquarena** in Brixen.

Und Action!

Hochseilgärten: Es gibt Dutzende und jährlich kommen neue hinzu, ein billiges Vergnügen ist das aber nicht. Besonders attraktiv für alle Altersgruppen sind jene in Campitello und Pera, beide im Fassatal.

Freizeitparks: An der Bergstation nahezu jeder größeren Gondelanlage sind mittlerweile Freizeitparks eingerichtet, wie der brandneue Park an der Seilbahn unterhalb vom Heiligkreuzhospiz im Gadertal (→ S. 121). Das Outdoorcenter Kronplatz bietet Kletterkurse für die Größeren und Trampolinkurse für die Kleineren (4 bis 9 J.). Wer den Nachwuchs die ganze Woche versorgt sehen will, kann ihn bei einer Wander- bzw. Kletterwoche anmelden.

Museen

Wer in Bozen ist, muss **Ötzi** einen Besuch abstatten, da ist das Wetter dann nachrangig!

In den Dolomiten ragen drei der sechs **Messner-Mountain-Museen** heraus: MMM Ripa im Schloss von Bruneck, MMM Dolomites am Monte Rite und MMM Corones auf dem Gipfelplateau des Kronplatz, wo es auch das spektakuläre Fotomuseum Lumen gibt.

Ein Muss im Pustertal ist das **Bauernhofmuseum in Dietenheim**. Besonders sehenswert sind auch das **Museum Ladin Ursus ladinicus in St. Kassian** mit Teilen eines 40.000 Jahre alten Bärenskeletts und das **Museum Ladin in St. Martin**.