



ESTATE

INFO 2025

Consigli per le vostre vacanze da sogno!



GSIESERTAL 
WELSBERG
TAISTEN

Panorama Region Dolomites

COLOPHON

© Società Cooperativa Turistica
Val Casies–Monguelfo–Tesido

Grafica: Società Cooperativa Turistica
Val Casies–Monguelfo–Tesido


Fotos:

Società Cooperativa Turistica Val Casies–Monguelfo–Tesido: Harald Wisthaler, Kamilla Photography, Elke Lessnig Fotografie, Georg Hofer; TVB Kronplatz: Manuel Kottersteger; Drei Zinnen Marketing: Manuel Kottersteger; TV Toblach: Harald Wisthaler; IDM Südtirol: Harald Wisthaler, Alex Moling; weitere: Caroline Renzler, Alex Filz, Gerd Eder, Bergführer Pustertal und Wanderführer Pustertal, Mario Kelemina, Armin Terzer, Karlheinz Sollbauer, Elisabeth Seiwald, Maximilian Ploner, Claudia Reier, Burger Katharina, Videometrix;

Stampa: Kraler Druck GmbH

Tutti i diritti riservati.

 visit.gsiesertal

 gsiesertal.valcasies

 gsieser-tal.guest.net

 **Raiffeisen**
Raiffeisenkasse
Welsberg-Gsies-Taisten
Cassa Raiffeisen
Monguelfo-Casies-Tesido



SALUTO


Un cordiale benvenuto nella Regione Panoramica delle Dolomiti Val Casies–Monguelfo–Tesido!

Dal centro culturale Monguelfo con il terrazzo soleggiato Tesido si dirama a nord la lunga Val Casies – la valle delle malghe, esattamente in mezzo al Gruppo delle Vedrette di Ries e le Alpi Defregger. I nostri tre luoghi unici, situati nel paradiso delle attività ricreative Vi aspettano – è proprio così che si trascorrono le meritate vacanze!


Tourist Info

Regione Panoramica delle Dolomiti Val Casies–Monguelfo–Tesido


Via Pusteria 16 – I-39035 Monguelfo–Tesido (BZ)

 +39 0474 978 436

 info@gsieser-tal.com

 www.gsieser-tal.com


Monguelfo Info & amministrazione

 16.06.–14.09.: lun–sab 08:00–12:00 h & 15:00–18:00 h


da 15.09.: lun–ven 08:00–12:00 h & 15:00–18:00 h

sab: 08:00–12:00 h

Stazione ferroviaria di Monguelfo Info

 SELF SERVICE: lun–dom 07:00–22:00 h


Ticketing Lago di Braies

 10.07.–30.08.: lun–dom 08:30–14:30 h


Val Casies – S. Martino Info

 15.09.–01.11. & 12.05.–08.06.: lun + mer + ven 08:00–12:00 h

08.06.–14.09.: lun–ven 08:00–12:00 h

 07.04.–11.05.2025

Infopoint Val Casies – S. Martino

 SELF SERVICE: lun–dom 08:00–22:00 h

Tesido Info

 10.07.–30.08.: lun–ven 08:00–12:00 h

INDICE

Saluto	1
Malghe	4
Escursioni	8
Bicicletta	14
Tempo libero & famiglia	19
Cultura	25
Eventi	29
Programma delle attività guidate	32
Inizio dell'estate	38
Estate	40
Autunno	42
Possibilità di ristoro	45
Prodotti da monte e valle	48
Informazioni dall'A alla Z	51
Guest Pass & Mobilità	57
Mountain Card	60
Anteprima inverno 2025/2026	61

LEGENDA

facile	▲ ▲ ▲ ▲ ▲
facile-medio	▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲
medio	▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲
medio-difficile	▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲
difficile	▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲

📍 luogo, punto di partenza, parcheggio, percorso	📌 highlights
🕒 orari d'apertura, durata	📅 prenotabile online
📅 giorno di riposo	€ contributo
🚗 Green Mobility, possibilità di arrivare con i mezzi pubblici HS Specifica della fermata equiparata al nome dell'app "suedtirolmobil"; arrivo in carpooling	🚲 E-Bike
👤 itinerario e punto di partenza	🚴 bicicletta, mountainbike
📏 percorrenza, ⚡ dislivello, ↔ distanza	🧑‍🌄 escursione, escursione in montagna
📞 ulteriori informazioni	GP Südtirol Guest Pass – Gsiesertal-Welsberg-Taisten Card
📱 WhatsApp	👨‍👩‍👧‍👦 per famiglie
✉ indirizzo E-Mail	
🌐 link utili, websites	



Escursione Monte Lutterkopf e Durakopf a Tesido

MALGHE

Il paradiso delle malghe. In quasi nessun'altra area dell'Alto Adige l'offerta di rustiche baite di montagna gestite è così ampia. Le malghe elencate sono aperte dalla primavera all'autunno. Seduti sulla terrazza soleggiata delle nostre malghe folcloristiche, godendo una vista splendida sulle montagne circostanti, potrete gustare formaggi prodotti dal latte alpino, Speck, canederli e altre gustose pietanze tipiche.



Marende tradizionale altoatesina



Aschtalm 1950 m

- 📍 Val Casies – S. Maddalena
- 📅 giovedì
- 🚌 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies)
- 🚶 a) Val Casies – S. Maddalena, sotto il casale "Huben" lungo la via Bergerstraße e sentiero n° 10
⌚ 1 ore 15 min. ⚡ 410 m ↔ 3,8 km
- 🚶 b) Val Casies – S. Maddalena, chiesa parrocchiale lungo la via Bergerstraße e sentiero n° 10
⌚ 1 ore 40 min. ⚡ 522 m ↔ 4,1 km
- ☎ +39 348 728 2727, +39 333 659 6123 (Fam. Steinmair)
- 🌐 www.aschtalm.com



Kaser Alm 2076 m

- 📍 Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 📅 nessun giorno di riposo
- 🚌 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies), Fine Valle
- 🚶 sentiero n° 47 oppure n° 12 + 13
⌚ 2 ore ⚡ 625 m ↔ 4,7 km
- ☎ +39 340 242 2321 (Fam. Selbenbacher)



Kradorfer Alm 1704 m

- 📍 Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 📅 lunedì
- 🚌 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies), Fine Valle
- 🚶 sentiero n° 49 oppure per il sentiero dello scoiattolo n° 49A
⌚ 1 ora 10 min. ⚡ 243 m ↔ 3,4 km
- ☎ +39 0474 948 043, +39 348 696 1541 (Fam. Hintner)
- 🌐 www.kradorferhof.it
- 📁 parco giochi ed animali



Messnerhütte 1660 m

- 📍 Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 📅 giovedì
- 🚌 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies), Fine Valle
- 🚶 sentiero n° 49
⌚ 1 ora 05 min. ⚡ 199 m ↔ 3,1 km
- ☎ +39 379 258 1512 (Fam. Steger)
- 🌐 www.messnerhuetten.com
- 📁 parco giochi ed animali



Moos Alm 1477 m

- 📍 Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 🕒 mar & dom: 10:00–18:00 h; & mer–sab: 10:00–22:00 h
- 📅 lunedì
- 🚌 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies), Fine Valle
- 🚶 ⌚ 10 min. ⚡ 112 m ↔ 0,5 km
- ☎ +39 0474 948 735, +39 349 383 4655 (Mathilde Ausserhofer)
- 🌐 www.moosalm.it



Oberbergalm 1975 m

- 📍 Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 📅 martedì
- 🚌 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies), Fine Valle
- 🚶 sentiero n° 49
- ⌚ 2 ore ↗ 506 m ↔ 5 km
- ☎ +39 0474 948 034, +39 349 220 6729 (Fam. Taschler)
- 🌐 www.rainhof.bz



Stumpfalm 2000 m

- 📍 Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 📅 nessun giorno di riposo
- 🚌 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies), Fine Valle
- 🚶 sentiero n° 47 + 12
- ⌚ 1 ora 30 min. ↗ 541 m ↔ 5,1 km
- ☎ +39 0474 948 099, +39 348 695 3597 (Fam. Selbenbacher)
- 🌐 www.gattererhof.eu



Uwald Alm 2042 m

- 📍 Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 📅 mercoledì
- 🚌 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies), Fine Valle
- 🚶 sentiero n° 12
- ⌚ 2 ore ↗ 583 m ↔ 4,7 km
- ☎ +39 348 895 2719 (Fam. Klettenhammer)
- 📌 parco giochi con altalena gigante



Randlhütte 1862 m

- 📍 Val Casies – S. Martino, centro paese
- 🕒 cucina calda fino alle 15:00 h
- 📅 mercoledì, venerdì
- 🚌 linea 441, HS S. Martino (V. Casies)
- 🚶 sentiero n° 44
- ⌚ 1 ora 50 min. ↗ 584 m ↔ 4,3 km
- ☎ +39 389 278 0383 (Fam. Hintner)



Tolder Hütte 1942 m

- 📍 Val Casies – S. Martino, centro paese
- 📅 lunedì
- 🚌 linea 441, HS S. Martino (V. Casies)
- 🚶 sentiero n° 44
- ⌚ 2 ore ↗ 661 m ↔ 4,8 km
- ☎ +39 348 354 8681 (Fam. Hintner)



Houfa Hitte 1883 m

- 📍 Val Casies – Colle, Scandole
- 📅 lunedì
- 🚶 sentiero n° 51 ⌚ 1 ora 30 min. ↗ 398 m ↔ 4,5 km
- ☎ +39 349 785 5098 (Fam. Innerbichler)



Talschlusshütte 1465 m

- 📍 Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 📅 punto di partenza per diversi escursioni
- 📅 mercoledì
- 🚌 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies), Fine Valle
- ☎ +39 0474 431 209



Hochrautalm 1643 m

- 📍 Tesido, sopra il maso panoramico di montagna Mudler
- 📅 12.06.–26.10.2025 martedì & mercoledì (agosto solo martedì)
- 🚌 Citybus linea 438, HS Tesido (Monguelfo), Mudler
- 🚶 sentiero n° 31 + 5A + 5
- ⌚ 1 ora 10 min. ↗ 166 m ↔ 3,6 km
- ☎ +39 345 924 5776 (Fam. Schuster)
- 🌐 www.hochraut.com



Taisner Alm 2012 m

- 📍 Tesido, sopra il maso panoramico di montagna Mudler
- 📅 lunedì
- 🚌 Citybus linea 438, HS Tesido (Monguelfo), Mudler
- 🚶 sentiero n° 38A
- ⌚ 1 ora 30 min. ↗ 386 m ↔ 4,1 km
- ☎ +39 320 417 0080 (Felix)



Schutzhütte Bonner Hütte 2340 m

- 📍 Val Casies; Dobbiaco – Gandelle
- 📅 nessun giorno di riposo
- 🚌 linea 441 (Val Casies fino a Dobbiaco) + Citybus linea 448 (Dobbiaco fino Valle S. Silvestro, nota: il punta di partenza non viene raggiunto direttamente), HS varie fermate, secondo il punto di partenza
- 🚶 S. Maddalena: ⌚ 5 ore 30 min. ↗ 1368 m ↘ 520 m ↔ 12,9 km
- S. Martino: ⌚ 4 ore 45 min. ↗ 1388 m ↘ 355 m ↔ 10,3 km
- Dobbiaco: ⌚ 2 ore 20 min. ↗ 733 m ↔ 4,3 km
- ☎ +39 340 942 8264 (Fam. Stoll)
- 📌 possibilità di pernottamento

INFORMAZIONI UTILI

Orari autobus: www.suedtirolmobil.info

Rifugi aperti nella Regione Panoramica delle Dolomiti Val Casies-Monguelfo-Tesido: www.gsieser-tal.com

Rifugi aperti nella zona Plan de Corones: www.kronplatz.com

Rifugi aperti nella zona delle Dolomiti 3 Cime: www.tre-cime.info

ATTENZIONE: I tempi di percorrenza dei sentieri si riferiscono solo all'andata.



ESCURSIONE

Chi intraprende un'escursione nella Val Casies, si avvicina alla natura passo dopo passo - lo sentirete! Attraverso sentieri facili oppure impegnativi, passando per malghe folcloristiche idilliache, si scoprono vette sorprendenti che non aspettano altro di essere esplorate. Viste panoramiche mozzafiato sulle maestose montagne delle Dolomiti Patrimonio Mondiale UNESCO. Grazie alla varietà della Regione Panoramica delle Dolomiti Val Casies-Monguelfo-Tesido vi è una vasta possibilità di escursioni per famiglie, passeggiate circolari ed escursioni in montagna. L'“Almweg 2000” connette molte malghe, che vengono gestite con passione, offrendo una splendida vista su tutta la valle. Inoltre la valle possiede diversi sentieri tematici: la prima “Via Lucis” dell'Alto Adige, dove vengono illustrati in 14 step gli avvenimenti tra Pasqua e Pentecoste. Un'avventurosa passeggiata per famiglie lungo il Sentiero delle Fiabe: leggende fantasiose, figure in agguato dietro le siepi, sui rami e sugli alberi e per coloro che cercano di seguire le orme del Bue della Val Casies saranno piacevolmente sorpresi dalla presenza “animalesca”.

MUOVERSI CON COSCIENZA - CONSIGLI PER UN AMBIENTE PULITO

- ✔ Evitate rifiuti e non lasciateli nella natura.
- ✔ Quello che portate in montagna, riportatelo in valle.
- ✔ Separate e smaltite correttamente i rifiuti quando tornate a casa.
- ✔ Riempite la Vostra bottiglia d'acqua, l'acqua ha una qualità eccellente.

LA VIA OLTRE LE FORCELLE

3 sentieri didattici transfrontalieri dalla Val Casies (Alto Adige) nella Valle Villgratental (A-Osttirol).



Percorso della gestione di una volta

Qui sono espote in foto le usanze contadine, le malghe, il falciare dei prati montani, il tradizionale “tirare del fieno”, il bestiame, le malghe e i pastori.

- 📍 Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 🚗 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies), Fine Valle

Nota bene: dalla malga Unterstalleralm (A) ci sono da fare altri 7 km a piedi fino a Innervillgraten (A), dove all'incrocio Maxa, la linea 966 porta a Sillian (A) alla stazione ferroviaria. Dalla stazione si può prendere il treno fino a Monguelfo.

🚶 dal fondovalle della Val Casies – S. Maddalena verso la valle Pfoital fino alla “Gsieser Lenke”, proseguendo fino al Lago Schwarzsee per raggiungere la malga Unterstalleralm (A – Valle Villgratental).

🕒 7 ore 📏 1088 m 📉 877 m ↔ 10,3 km



Sentiero dei contrabbandieri

Storico contrabbando tra la Valle Villgratental e la Val Casies.

- 📍 Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 🚗 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies), Fine Valle
- 🚶 dal fondovalle della Val Casies – S. Maddalena si segue il sentiero n° 48 fino alla malga Tscharnietalm 1976 m, proseguendo poi fino al Kalksteinjöchel 2349 m. Si scende lungo il sentiero dei contrabbandieri (13a) verso la valle Rosstal, passando per la malga Oberlipper Alm fino a Kalkstein (A).

🕒 5 ore 30 min. 📏 890 m 📉 715 m ↔ 10,4 km



Sentiero delle usanze e tradizioni

Questo percorso parla dei tornitori, delle erbe medicinali, tempeste, le sagre in montagna e della lavorazione del burro e del formaggio.

- 📍 Val Casies – S. Martino, ufficio turistico
- 🚗 linea 441, HS S. Martino (V. Casies)
- 🚶 dalla Val Casies – S. Martino si percorre attraverso la valle Verselltal fino alla “Gruber Lenke”, proseguendo fino alla malga Alfenalm infine a Kalkstein (A).

🕒 8 ore 10 min. 📏 1232 m 📉 871 m ↔ 12,4 km

NUMERI E WEBSITE UTILI

Consigli per escursioni e cartina “Wander Active” disponibili presso il vostro alloggio
www.provinz.bz.it/wetter previsioni meteorologiche

112 numero di emergenza

ATTENZIONE: Per i percorsi circolari il punto di partenza corrisponde col punto d'arrivo, qui è stato calcolato tutto l'itinerario. Escursioni senza la nota percorso o escursione circolare sono stati calcolati solo in una direzione.

THEMENWEGE



Percorso circolare del Bue



Percorso circolare dedicato al tema "Originale bue della Val Casies" al fondovalle della Val Casies. Già 200 anni fa si parlava con entusiasmo della delicata carne dei buoi della Val Casies, fu servita persino all'imperiale pranzo di Pasqua a Vienna. Il percorso ha inizio al fondovalle della Val Casies – S. Maddalena, si estende lungo il sentiero Talblickweg e al ritorno si passa nei pressi dell'agriturismo Reierhof, della bottega del maso Regiohof e presso il caseificio del maso Waldsamerhof, per poi ritornare al fondovalle. Lungo il tracciato sarete piacevolmente sorpresi dalla presenza "animalesca".

- 📍 Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 🚗 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies), Fine Valle
- 🚶 2 ore 1192 m ↔ 6,4 km



Sentiero circolare degli Alpini



Dal fondovalle si cammina lungo il sentiero forestale n° 53 fino alla malga Weißbachalm 2112 m e si continua sul sentiero degli Alpini fino al Hinterbergkofel 2726 m. Da lì, si segue prima il sentiero n° 53B e poi si scende per il sentiero n° 53 fino a Passo Stalle 2089 m (A). Ritorno come la salita fino a S. Maddalena, variante dalla Hallscharte 2549 m (sentiero n° 53).

- 📍 Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 🚗 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies), Fine Valle
- 🚶 11 ore 11892 m ↔ 22,5 km

È possibile fare questa escursione anche solo fino al Passo Stalle. Ritorno in autobus.

- 🚶 5 ore 10 min. 11270 m ↔ 10,8 km



Sentiero circolare lungo i confini



Questo sentiero tematico a fondovalle in Val Casies trasmette la visione della vita al confine nei tempi passati. Questa era spesso laboriosa, piena di privazioni e pericolosa. Diverse stazioni d'informazione espongono la vita degli alpigiani e dei pastori, della falciatura delle montagne e del contrabbando.

Percorso: Dal fondovalle si cammina lungo il sentiero forestale n° 49 fino alle malghe Pidig e alla Forcella di Casies 2205 m. Da lì si prende il nuovo tracciato del sentiero dei pastori e dei cacciatori n° 49 fino al monte Hochkreuz 2739 m. La discesa avviene attraverso il sentiero n° 12 attraverso la valle Pfoital fino alla Talschlussütte.

- 📍 Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 🚗 linea 441, HS S. Maddalena (V. Casies), Fine Valle
- 🚶 7 ore 45 min. 11282 m ↔ 16,8 km



Sentiero circolare "Via Lucis"



La prima "Via lucis" dell'Alto Adige – percorso di meditazione. Lungo questo itinerario "di luce" vengono illustrati in 14 step gli avvenimenti tra Pasqua e Pentecoste. I Fedeli percorrendo le stazioni verranno incoraggiati grazie ad illustrazioni meditative, create da Lukas Kargruber, un'artista locale, a trarre forza e coraggio dalla buona novella di Pasqua.

- 📍 Val Casies – S. Martino, chiesa parrocchiale
- 🗺 Itinerario di rientro attraverso la Valle Karbachtal
- 🚗 linea 441, HS S. Martino (V. Casies), chiesa parrocchiale
- 🚶 2 ore 1268 m ↔ 7,1 km



Percorso circolare mulino goala



Il processo tradizionale dal grano al pane. Sul posto del vecchio maso Gailerhof si trova il mulino. Da questo punto si segue il sentiero n° 39 fino al Lettnerhof, dove si può visitare un forno tradizionale. Percorrendo sul "Percorso mulino Goala" si raggiunge un piccolo luogo di sosta e poi passando al Bad Waldbrunn infine si ritorna a Monguelfo.

- 📍 Monguelfo, ufficio turistico
- 🚗 linea 441, HS Monguelfo-Tesido, Platzbäck
- 🚶 1 ora 50 min. 1207 m ↔ 5,5 km



Jakobsweg – Cammino di San Giacomo



Diversi tratti del Cammino di San Giacomo attraversano l'Alto Adige, che affascina con un'impressionante paesaggio, ma anche con le numerose e ben conservate testimonianze medievali del periodo aureo del pellegrinaggio.

- 📍 1a parte: Prato Drava – San Candido – Dobbiaco – Villabassa – Monguelfo
- 🚶 8 ore 20 min. 1300 m ↘ 337 m ↔ 30,1 km
- 📍 Prato Drava
- 📍 2a parte: Monguelfo – Valdaora – Nessano (chiesa di San Giacomo) – Brunico
- 🚶 6 ore 20 min. 1352 m ↘ 612 m ↔ 20,9 km
- 📍 Monguelfo, chiesa parrocchiale
- 🌐 www.jakobswegsuedtirol.it



Sentiero delle Fiabe



Lungo il tragitto che si snoda per 3 km ci si immerge in un'atmosfera affascinante. Oltre alla veduta mozzafiato sulle Dolomiti Patrimonio Mondiale UNESCO, presso le 4 stazioni situate lungo al percorso, si verrà ragguagliati riguardo al mondo misterioso delle leggende di Tesido.

- 📍 Tesido, parcheggio presso la Via Unterrainer, ca. 100 m al di sopra della chiesa parrocchiale
- 🚗 linea 441, HS 441 Tesido (Monguelfo), Raika oppure Citybus linea 438 HS Tesido (Monguelfo), Via Unterrainer
- 🚶 1 ora 40 min. 1172 m ↔ 4,7 km



PERCORSI DA CAMMINARE A PIEDI NUDI

Mobilizzare la guarigione spontanea, far penzolare l'anima, un nuovo sport salutare. Il percorso a piedi nudi a Tesido e l'area di ricreazione "Schneider Waldile" nella Val Casies – Colle offrono momenti di gioia e divertimento indimenticabili a chi piace la straordinaria avventura in natura.



Area di ricreazione "Schneider Waldile"

Immersi nella forza benefica dell'acqua. Camminare nell'acqua fredda fa bene alla salute. L'area di ricreazione è adatta a tutte le età ed offre la possibilità di vivere tanti momenti emozionanti: camminare a piedi nudi su prati ed acqua, fare il bagno alle braccia e alla faccia.

📍 Val Casies – Colle, parcheggio a Planca di Sotto

🚗 linea 441, HS Colle di Fuori (V. Casies), Planca di Sotto



Percorso a piedi nudi Rudlbach

Camminare a piedi nudi ha l'efficacia di rinfrescare, animare e distendere. Fatevi animare camminando nell'acqua a piedi nudi e facendo il bagno alle braccia. Camminare su ponticelli di legno, su soffice muschio, su piccole pietre, su ruvide pigne, sul suolo del bosco e attraverso un ruscello refrigerante di montagna provoca una sensazione di benessere.

📍 Tesido, Prati di Tesido,

🚗 linea 441, HS Prati di Tesido (Monguelfo), Thurner

🚶 Tesido, parcheggio direttamente al percorso a piedi nudi

🕒 2 ore ⤴️ 112 m ↔️ 1,6 km

"TOP SPOTS"

Queste mete le DOVETE aver viste!

Fate un salto in mezzo alle Dolomiti, le quali – per la loro unica bellezza monumentale – sono state dichiarate Patrimonio Mondiale UNESCO.



Lago di Anterselva

In fondo alla Valle Anterselva, nel cuore del Parco Naturale Vedrette di Ries – Aurina, si trova il turchese e romantico Lago di Anterselva. Il nuovo sentiero tematico conduce attorno al lago con una profondità di 33 metri e una superficie di circa 44 ha.

📍 Anterselva di Sopra, parcheggio Lago di Anterselva

🚗 Treno 400, linea 431, HS Anterselva di Sopra (Rasun Anterselva), Lago di Anterselva

🚶 1 ora 15 min. ⤴️ 52 m ↔️ 4,3 km

NOTA: Sopra il Lago di Anterselva si trova il Passo Stalle: un passo di montagna delle Alpi orientali che collega la valle Defereggental (A) con la Valle Anterselva.



Giro delle Tre Cime di Lavaredo



Le vette più famose delle Dolomiti.

Il pullman di linea, partendo da Dobbiaco ci porta al Rifugio Auronzo (strada a pedaggio per chi vuole arrivare fino a qui con la propria automobile). Iniziamo il nostro cammino lungo il lato sud delle Tre Cime fino al Rifugio Lavaredo e alla Forcella di Lavaredo. Si gode di una stupenda vista panoramica sul lato nord delle Tre Cime di Lavaredo. Proseguiamo verso il Rifugio A. Locatelli, poi alla Malga Langalm da dove ritorniamo al nostro punto di partenza.

📍 Rifugio Auronzo 2320 m

🚗 linea 444, accessibilità & ticket: www.drei-zinnen.bz

🚶 3 ore 30 min. ⤴️ 427 m ↔️ 9,4 km



Altipiano Prato Piazza



Prato Piazza è un altipiano a 2000 m ed offre una vista mozzafiato sul Picco di Vallandro 2839 m, la Croda Rossa d'Ampezzo 3146 m e proseguendo con lo sguardo, oltre a questi picchi, si innalzano il Massiccio delle Tofane e le cime del Monte Cristallo 3221 m.

📍 Valle di Braies, parcheggio Ponticello

🚗 linea 443, accessibilità: www.praggs.bz

🚶 2 ore ⤴️ 495 m ↔️ 4,2 km



Lago di Braies



Circuito attorno al Lago di Braies nella Valle di Braies.

L'escursione attorno alla perla delle Dolomiti passa ad una piccola cappella. Una parte del circuito è percorribile tramite un sentiero costruito a scale. La Croda del Becco si rispecchia meravigliosamente nel lago.

📍 Valle di Braies, parcheggio Lago di Braies

🚗 linea 442, accessibilità & ticket per l'autobus:

www.praggs.bz

alta stagione: navetta da Monguelfo,

fuori stagione: autobus da Villabassa

🚶 1 ora 10 min. ⤴️ 51 m ↔️ 3,7 km



Lago di Dobbiaco



Il Lago di Dobbiaco si trova a un'altitudine di 1259 m, nel Parco Naturale Fanes-Senes-Braies nella Valle di Landro e collega Dobbiaco con Cortina d'Ampezzo. Attorno al lago c'è un sentiero tematico con undici tappe che forniscono informazioni sulla flora e sulla fauna.

📍 Dobbiaco, parcheggio Lago di Dobbiaco

🚗 linea 441 oppure treno 400, linea 445

🚶 50 min. ⤴️ 15 m ↔️ 3,1 km

A scenic landscape featuring a paved cycling path that curves through a vibrant green valley. In the foreground, there are fields of yellow wildflowers. Four cyclists are riding away from the viewer on the path. The background is dominated by dense evergreen forests on the hillsides and several prominent, rugged mountain peaks under a blue sky with scattered white clouds.

BICICLETTA

Per chi vuole scoprire la zona, i paesi pieni di storia, le persone del posto, la natura incontaminata ed imponente, il modo migliore per farlo è la bicicletta!

Il percorso non ha molta pendenza ed offre una vista panoramica molto variegata. La pista ciclabile è adatta a cicloturisti che se la prendono con calma e per famiglie. A Monguelfo c'è il collegamento alla pista ciclabile della Val Pusteria, che porta a Brunico o Lienz (A).

Che aspettate ad attraversare e visitare la nostra valle in bicicletta?



INFORMAZIONI UTILI

Noleggii bici nei dintorni

Papin Sport Rent a Bike

Noleggii di biciclette, accessori e biciclette elettriche (solo su prenotazione) e stazione di servizio presso la stazione ferroviaria di Monguelfo. Possibilità di consegna presso qualsiasi stazione di noleggio Papin Sport Rent a Bike. Punto di partenza per tour in bicicletta verso la Val Casies, Valle di Braies, la pista ciclabile Val Pusteria, Monguelfo – Lienz (A) e molto altro.

📍 Monguelfo, stazione & altri noleggi lungo la Val Pusteria

🕒 metà maggio fino metà luglio & settembre: 09:00-12:30 h & 14:30-18:00 h

metà giugno fino fine agosto: 08:30-19:00 h

📅 nessun giorno di riposo

☎ +39 0474 913 450

🌐 www.papinsport.com

GP 10% di sconto sul noleggio bici presso la stazione ferroviaria di Monguelfo. (Info pagina 57)

HUSKI Rentals

City Bikes, E-Mountainbikes Hardtail & Full Suspension, E-Citybikes, E-Roadbikes; servizio bici

📍 Val Casies – S. Maddalena, Via Pater Steinmair 4

🕒 metà giugno fino ai primi di settembre: 09:00-12:15 h & 13:00-18:00 h

📍 Monguelfo, Strada principale 1

🕒 metà maggio fino ai primi di ottobre: 08:30-12:00 h und 13:00-18:00 h

Al di fuori degli orari di apertura specificati, su richiesta!

📅 nessun giorno di riposo

GP 10% di sconto sul noleggio bici. (Info pagina 57)

☎ +39 349 704 6522

🌐 www.huskirentals.com

MTB-Schule des SSV Pichl/Gsies

Tour MTB guidate e allenamento.

📍 Val Casies – Colle, zona sportiva

☎ +39 349 620 0072 (Schuster Erwin)



Ciclabile da Monguelfo nella Val Casies

La gita inizia a Monguelfo (centro del paese), sulla sponda destra del rio di Casies. Pedaliamo sull'antica strada della Valle di Casies e in località Planca di Sopra attraversiamo il torrente e proseguiamo sulla sponda sinistra. Da San Martino – Val Casies, si continua per l'ultimo tratto, che è anche il più impegnativo, in salita fino al Fondovalle (1465 m). Il ritorno avviene lungo lo stesso percorso dell'andata. Passando per Val Casies – Colle, si può anche percorrere il lato destro della valle in direzione di Monguelfo. È possibile collegarsi a Tesido tramite il sottopassaggio a Tesido, Prati di Tesido.

🚲 ⌚ 1 ora 30 min. ⚡ 372 m ↔ 18 km



Ciclabile da Monguelfo a Brunico

Lungo la tappa Monguelfo – Brunico domina il colore verde dei prati, campi e boschi. Lungo la linea ferroviaria, in parte attraverso zone abitate e in parte attraverso natura incontaminata, la pista ciclabile conduce da villaggio a villaggio fino a Brunico. Da Monguelfo lungo il fiume Rienza si pedala verso Valdaora. Da Valdaora la pista ciclabile continua a valle attraverso natura intatta per raggiungere la cittadina medievale di Brunico. Sopra i tetti di Brunico troneggia il Castello di Brunico e nel centro storico aspettano affascinanti negozi e tante possibilità per sostare.

🚲 ⌚ 1 ora 20 min. ⚡ 249 m ↔ 16 km



Ciclabile da Monguelfo a Lienz (A)

È una delle ciclabili più amate e frequentate in Alto Adige: la ciclabile della Drava, che va da Monguelfo a Lienz (A) attraversando il confine. La ciclabile da Monguelfo a Lienz (A) si snoda su un sentiero ben segnalato ed è adatta a tutti i tipi di biciclette. I 55 km possono essere affrontati senza grande sforzo e agevolmente anche da famiglie. Il viaggio di ritorno si svolge comodamente in treno. Il tour è interessante inoltre perché, con la bicicletta, si possono “esplorare” 2 paesi (non dimenticare il documento di identità!), infatti Vi porta dall'Alto Adige fino al cuore del Osttirol (A). E poi il capoluogo del Osttirol, Lienz (A), conquista con il suo carattere genuino, i tanti negozi e possibilità di ristoro. Naturalmente, il percorso non deve essere completato necessariamente da Monguelfo a Lienz, lungo il percorso vi sono numerosi punti di noleggio/servizio e punti di riconsegna di “Papin Sport Rent a Bike”.

🚲 ⌚ 4 ore 10 min. ⚡ 530 m ↔ 55 km



Pista ciclabile Monguelfo–Dobbiaco–Cortina

Qui, il panorama montano delle Dolomiti Patrimonio Mondiale UNESCO domina il paesaggio. Il percorso inizia a Monguelfo e segue la pista ciclabile fino a Dobbiaco. Da Dobbiaco a Cortina il percorso segue la vecchia linea ferroviaria dell'Alta Pusteria attraverso la Valle di Landro e passa per due laghi e la Vista Tre Cime, Landro.

⌚ 3 ore 10 min. ↗ 741 m ↘ 603 m ↔ 40,7 km



Giro Prato Piazza

Questa gita inizia a Monguelfo, lungo la pista ciclabile si raggiunge la Valle di Braies. Al bivio "Säge" si svolta sulla strada forestale n° 37. Proseguendo poi per un breve tratto sulla strada asfaltata fino a "Ponticello". Si segue la strada forestale n° 37 verso "Prato Piazza". Arrivati sull'altopiano Prato Piazza, si prosegue sull'ampia strada sterrata fino al rifugio "Vallandro". Dopo una sosta consigliata, si prende la discesa di 7 km sull'ampia strada militare in direzione di Carbonin. Da lì si segue la pista ciclabile per 13 km fino a Dobbiaco. Da Dobbiaco la pista ciclabile asfaltata Vi porta a Villabassa e poi a Monguelfo fino al punto di partenza.

⌚ 4 ore 30 min. ↗ 1111 m ↘ 603 m ↔ 55,2 km

Consigliato per e-bikes.

BUONO A SAPERSI

Punto di ricarica E-Bike

Monguelfo, ufficio turistico

+39 0474 978 436

Gratuito. Presa di ricarica – proprio cavo necessario.

Monguelfo, Dorf Cafe Bar Lounge Gelateria

+39 0474 944 833

Consumazione gradita. Presa di ricarica – proprio cavo necessario. Chiudibile – lucchetto necessario.

Tesido, Mudler maso panoramico di montagna

+39 0474 950036

Consumazione gradita. Presa di ricarica – proprio cavo necessario. Chiudibile – lucchetto necessario.

Tesido, Hochrautalm

+39 347 113 7745

Gratuito. Presa di ricarica – proprio cavo necessario. Chiudibile – lucchetto necessario.

FAMIGLIA & TEMPO LIBERO

Attività per il tempo libero! Correre, arrampicare, nuotare, giocare a tennis o visitare il Plan de Coronas? Vi aspetta una vasta scelta di attività per trascorrere il Vostro tempo libero e per scoprire le bellezze e peculiarità nella Regione Panoramica delle Dolomiti Val Casies–Monguelfo–Tesido!

Anche per famiglie ci sono diverse possibilità di svago e divertimento: che ne dite di una visita al parco faunistico del maso Reierhof, una partita di golf o una lezione di equitazione? Gli amanti della cultura si immergono nell'ambiente magico e storico di Castel Welsperg, delle chiese e cappelle nella zona. Favorite anche Voi il vostro benessere, nutrendovi della nostra storia, bellezza, e cultura!



NELLA REGIONE PANORAMICA DELLE DOLOMITI VAL CASIES-MONGUELFO-TESIDO



Parco faunistico: Reierhof

Agriturismo con parco faunistico, parco giochi, stagno, osteria contadina.

📍 Val Casies – S. Maddalena, Via Pater-Haspinger 12

🕒 da Pasqua fino il giorno di Tuitti i Santi

Parco faunistico: 10:00-18:00 h

Bar: 10:00-18:00 h

Osteria contadina: 11:30-15:00 h

✖ martedì, tranne in agosto

☎ +39 388 194 0304, +39 348 952 9370

🌐 www.reierhof.com



Parco giochi

- Parco Prenninger a Monguelfo, presso la zona sportiva
- Parco giochi a Tesido, Prati nei pressi del percorso a piedi nudi
- Parco movimento con attrezzature e strutture di allenamento a Tesido, zona scolastica
- Parco giochi in Val Casies – Colle, nell'area di ricreazione "Schneider Waldile"
- Parco giochi in Val Casies – S. Martino dietro il capannone delle feste "Ribisen"



Corsa

Il gioioso paese Monguelfo è particolarmente adatto per praticare la corsa, sia per principianti, che per professionisti. Partenza/arrivo viene abbreviato con P/A

• Passeggiata Rienz 🏃🏃🏃🏃
P/A: ufficio turistico di Monguelfo \nearrow 65 m \leftrightarrow 6 km

• Biotopo Rienzau 🏃🏃🏃🏃
P/A: ufficio turistico di Monguelfo \nearrow 190 m \leftrightarrow 10,5 km

• Torrente Pidig 🏃🏃🏃🏃
P/A: ufficio turistico di Monguelfo \nearrow 235 m \leftrightarrow 9,2 km

• Grande Giro del Castello 🏃🏃🏃🏃
P/A: ufficio turistico di Monguelfo \nearrow 203 m \leftrightarrow 6 km

• Maso Lettner Hof – Maso Gailer Hof 🏃🏃🏃🏃
P/A: ufficio turistico di Monguelfo \nearrow 391 m \leftrightarrow 7 km

• Monte Unterrainer Berg 🏃🏃🏃🏃
P/A: ufficio turistico di Monguelfo \nearrow 544 m \leftrightarrow 16,3 km



Volo in parapendio tandem: FLIAGmo

Con un'escursione e un volo, un volo in parapendio, in termica e all'alba, sia per singoli che per gruppi, il sogno di volare diventa realtà.

📍 Aree di volo: Uwaldalm, Plan de Coronas

🕒 tutto l'anno

☎ +39 342 646 6099

🌐 www.fliagmo.it



Andare a cavallo: Maneggio "Sun Ranch" Sonnenhof

I bambini montano in sella, tirano le redini e già si muovono verso il bosco, su radici e pietre. Saranno sempre accompagnati e guidati con la corda da una mano esperta. In questo modo, bambini acquisiscono la necessaria sicurezza e vivono una straordinaria esperienza di equitazione attraverso i boschi locali.

📍 Val Casies – Colle, Scandole 3

🕒 martedì & giovedì solo su prenotazione
proposta solo per bambini

☎ +39 377 091 9557

🌐 www.reiten-sonnenhof.it



Nuotare: Piscina all'aperto Panorama

L'area dispone di una vasca grande, un ampio prato per prendere il sole con molte zone d'ombra naturali e un campo da pallavolo. Una vasca per bambini ed un parco giochi. Il bar della piscina offre snack e bibite rinfrescanti.

📍 Monguelfo, Via del Convento 11

🕒 metà maggio a fine agosto 2025

☎ +39 340 359 4665



Adventure Golf

Il primo e unico campo da "Adventure Golf" in Alto Adige. Le piste sono fatte di un tappeto erboso artificiale con creativi ostacoli naturali.

📍 Monguelfo, Via Stazione

🕒 10.05.-26.10.2025: 10:00-18:00 h

luglio e agosto 2025: 09:00-21:00 h

☎ +39 0474 978 436

GP Prezzo ridotto (Info pagina 57)



Tennis & Padel

Campo da tennis e padel ben curato con illuminazione artificiale nel centro del Parco Prenninger

📍 Monguelfo, Via Stazione

☎ +39 347 787 1804 (Bar Sporttreff)

Tennis, zona sportiva Colle

📍 Val Casies – Colle, Zona sportiva

☎ +39 349 620 0072 (Schuster Erwin)

Tennis, zona sportiva S. Martino

📍 Val Casies – S. Martino, Zona sportiva

🌐 www.ascg.bz.it

FUORI DALLA REGIONE PANORAMICA DELLE DOLOMITI VAL CASIES-MONGUELFO-TESIDO



ARC 3D percorso tiro con l'arco Kids Fun Park

Tubing, Trampolino, Mountainboard, Mountainbike & Pumtrack

📍 Valdaora, Via dello Slittino 3

11 km da Monguelfo

🕒 inizio maggio a metà ottobre 2025: 09:30-19:00 h

☎ +39 345 538 3930

🌐 www.kronschooll.com



Biathlon

Südtirol Arena Alto Adige

📍 Anterselva, Via Anterselva di Sopra 33

22 km da Monguelfo

🕒 visite guidate dello stadio da maggio a ottobre 2025: martedì & giovedì

☎ +39 0474 492 390

🌐 www.biathlon-antholz.it



Dolomythos

Museo delle Dolomiti

📍 San Candido, Via Peter-Paul-Rainer 11

14 km da Monguelfo

🕒 aperto tutto l'anno: 08:00-19:00 h
10.07.-30.08.2025: 08:00-22:30 h

☎ +39 0474 913 462

🌐 www.dolomythos.com



Mondo dell'avventura (A)

Parco faunistico e d'avventura

📍 Assling (A), Oberassling 58

49 km da Monguelfo

🕒 fine aprile a metà settembre 2025; giornaliero: 09:00-18:00 h
metà settembre a inizio novembre 2025; giornaliero:
10:00-18:00 h

☎ +43 485 520 474

🌐 www.erlebnisswelt-assling.at



Flyline

Cascate di Riva

📍 Campo Tures – Caminata di Tures, lungo le tre cascate

31 km da Monguelfo

🕒 20.04.2025-30.04.2025: sab, dom & giorni festivi: 11:00-17:00 h;
01.05.-15.06.2025: mar, gio, sab, dom & giorni festivi:
11:00-17:00 h; 16.06.-31.08.2025: ogni giorno 10:00-17:00 h;
01.09.-05.10.2025: mar, gio, sab, dom & giorni festivi:
11:00-17:00 h

☎ +39 388 577 7270

🌐 www.fly-line-wasserfall.eu



Monte Baranci

• Regno del Gigante Baranci

📍 San Candido, stazione a monte del monte Baranci

• Il villaggio degli gnomi

📍 una zona ricreativa alpina presso il rifugio Gigante Baranci

🕒 aperto ogni giorno gratuitamente

• Funbob, Pista da slittino estiva

📍 San Candido – Baranci, Via Matthias-Schranzhofer 26
14 km da Monguelfo

🕒 07.06.-22.06.2025 + 01.09.-19.10.2025: 09:30-17:30 h
23.06.-31.08.2025: 09:00-18:30 h

☎ +39 0474 710 355

🌐 www.dreizinnen.com



Mondo Bimbi

Parco giochi nella foresta, mondo dell'acqua, area di arrampicata

📍 Valdaora, Via Aue 16 (Scuola elementare Valdaora di Sopra)
11 km da Monguelfo

🕒 aperto tutto l'anno

☎ +39 0474 496 277



Arrampicata In Palestra

• Palestra d'Arrampicata Nordic Arena

📍 Dobbiaco, Via al Lago 16

11 km da Monguelfo

🕒 aperto tutto l'anno, 07:00-22:00 h

☎ +39 0474 972 132

🌐 www.nordicarena-toblach.it

🛒 TICKETS: presso l'ufficio turistico Dobbiaco oppure online
www.climboffice.com

• Heliks – Centro d'Arrampicata Brunico

📍 Brunico, Via Josef-Ferrari 36

18 km da Monguelfo

🕒 lun-ven: 09:00-22:30 h

sab, dom & giorni festivi: 09:00-20:30 h

☎ +39 0474 055 005

🌐 www.heliks.it



Kreativraft

Rafting e canoa in Alto Adige – non importa se c'è il sole o se piove

📍 Brunico (piscina all'aperto), Via Neurauth 3

18 km da Monguelfo

🕒 ca. 01. giugno bis 31. agosto 2025

ogni giorno 2 tour: 09:00 h & 14.00 h

☎ +39 320 366 5622

🌐 www.kreativraft.com

GP 10% di riduzione su tutte le attività (Info pagina 57)



Parco Avventura Kronaction

Parco alta fune al Lago d'Issengo

📍 Falzes, Seeweg 20

25 km da Monguelfo

📅 20. aprile fino a fine ottobre 2025

☎ +39 347 984 8957

🌐 www.kronaction.com

GP 10% di riduzione sul ingresso singolo (Info pagina 57)



Museo provinciale miniere

Sede di Predoi con Centro Climatico

Miniera di rame e centro climatico (speleoterapia per le vie respiratorie)

📍 Valle Aurina – Predoi, Hörmannngasse 38a

54 km da Monguelfo

📅 Miniera di rame: 16.04.–09.11.2025

mar–dom: 10:00–16:30 h, ultima guida 15:00 h

Biglietto combinato per la visita guidata e mostra presso la sede Cadipietra.

✖ lunedì, eccetto giorni festivi

📅 Centro climatico: 16.04.–09.11.2025 mar–dom: 1° ingresso: 10:00 h (durata 2 ore), 2° ingresso: 13:00 h (durata 1 ora 20 min), 3° ingresso: 14:40 h (durata 2 ore)

✖ lunedì, eccetto giorni festivi

📅 Sede Cadipietra: 16.04.–09.11.2025

mar, gio–dom: 10:30–18:00 h, ultimo ingresso 17:00 h

✖ lun & mer, eccetto giorni festivi

☎ +39 0474 654 298

🌐 www.bergbaumuseum.it



Parco Natura Olperl

Sentiero tematico

📍 Sesto, Funivia Monte Elmo

18 km da Monguelfo

📅 29.05.–12.10.2025: 08:30–17:30 h

13.10.–02.11.2025: 08:30–16:30 h

☎ +39 0474 710 355

🌐 www.dreizinnen.com



Owl Park

Parco zoologico con 40 specie diverse di uccelli rapaci, ai piedi del Parco naturale Fanes-Senes-Braies.

📍 San Vigilio, Strada Val dai Tamersc 8

29 km da Monguelfo

📅 metà maggio fino a fine ottobre 2025

mar–dom: 09:30–18:00 h

✖ lunedì, eccetto luglio & agosto

☎ +39 393 875 5424

GP 10% di sconto sull'ingresso, su dimostrazioni di volo e visite didattiche (Info pagina 57)



Skyscraper

Altalena gigantesca

📍 Plan de Coronas, Cima

11 km da Monguelfo

📅 metà giugno fino a fine ottobre 2025: 10:00–16:00 h

☎ +39 347 984 8957

🌐 www.kronaction.com

Informazioni sugli orari di apertura senza garanzia.

Si prega di contattare i gestori per gli orari di apertura attuali.

CULTURA



IN VAL CASIES

- 📍 Chiesa parrocchiale di San Nicola a Colle
- 📍 Chiesa parrocchiale di San Martino a S. Martino
- 📍 Chiesa parrocchiale di Santa Maddalena a S. Maddalena
- 📍 Monumento dedicato a Pater Joachim Haspinger a S. Martino



A MONGUELFO

- 📍 Chiesa parrocchiale di Santa Margherita
- 📍 Chiesa votiva "Nostra Signora am Rain"
- 📍 Tabernacolo



Giro culturale: Sulle orme di Paul Troger

Nato a Monguelfo, Paul Troger, è stato un importante pittore barocco e artista di affreschi del XVIII secolo, rinomato per le sue composizioni dinamiche, gli effetti luminosi drammatici e la maestria nell'uso del colore, che si manifestano soprattutto nei suoi monumentali affreschi in chiese e monasteri. Ha influenzato significativamente l'arte barocca austriaca. L'itinerario inizia dalla sua casa natale, prosegue verso la chiesa parrocchiale, dove tre sue opere ornano l'altare, e conduce poi ad altre tappe nel pittoresco paese di Monguelfo.

🌐 www.paultroger.it



Castel Welsperg

Due particolari caratterizzano la struttura medievale: la sua forma singolare e la sua insolita posizione strategica. Un gioiello nel mezzo di folte abetaie. Durante il periodo estivo vengono proposte mostre d'arte e concerti.

- 🕒 15.05.-17.05.2025: 10:00-14:00 h
 - 22.05.-24.05.2025: 10:00-14:00 h
 - 30.05.-31.05.2025: 10:00-14:00 h
 - 01.06. & 08.06.2025: 10:00-14:00 h
- ogni gio, ven, sab in giugno (eccetto il 14.06. Festival dei Cori): 10:00-14:00 h
- 01.07.-31.08.2025 lun-ven: 10:00-16:00 h, sab chiuso: So 14:00-18:00 h
 - 01.09.-12.09.2025 lun-ven: 13:30-16:00 h
 - dal 18.09.-31.10.2025 ogni gio: 13:30-16:00 h
- 🌐 www.schlosswelsperg.com



ATESIDO

- ✔ Chiesa parrocchiale dei santi Ingenuino e Albuino, con Cappella di S. Giacomo, Cappella di S. Erasmo & cimitero adiacente ad arte
- ✔ Tabernacolo



La Chiesa di San Giorgio

Una chiesetta tra il romanico e gotico da fascino intenso. Ancora oggi possono essere ammirate le opere dei celebri maestri del tardo gotico, Leonhard von Brixen e Simon von Taisten.

☎ +39 0474 978 436

FUORI DALLA REGIONE PANORAMICA DELLE DOLOMITI VAL CASIES-MONGUELFO-TESIDO



Museo archeologico Mansio Sebatum

Il Museo Archeologico è l'unico museo in Alto Adige che si dedica all'Età del Ferro e soprattutto all'Età Romana.

- 📍 S. Lorenzo (presso Brunico), Via J.-Renzler 9
- 19 km da Monguelfo
- 🕒 aperto tutto l'anno
- lun-ven: 08:00-12:00 h & 15:00-18:00 h;
- sab: 09:00-12:00 h
- luglio & agosto 2025: lun-ven 08:00-13:00 h & 15:00-18:00 h
- sab: 19.07.-16.08.2025: 15:00-18:00 h
- ✖ dom e giorni festivi chiuso
- ☎ +39 0474 538 196
- 🌐 www.mansio-sebatum.it



Castel Tures

Accessibile con o senza visita guidata.

- Mostra speciale "Guerra dei contadini" 18.04.-02.11.2025
- 📍 Valle Aurina – Campo Tures, Via Castello di Tures 4
- 32 km da Monguelfo
- 🕒 aperto tutto l'anno
- ☎ + 39 0474 678 053
- 🌐 www.burgeninstitut.com



I Giardini di Castel Trauttmansdorff

- 📍 Merano, Via S. Valentino 55
- 120 km da Monguelfo
- 🕒 01. aprile fino a 15. novembre 2025:
- lun-dom & giorni festivi: 09:00-19:00 h
- (da metà ottobre orari accorciati)
- ☎ +39 0473 255 600
- 🌐 www.trauttmansdorff.it



Iceman – Museo Archeologico

L'Uomo venuto dal ghiaccio e tutto il suo equipaggiamento sono esposti dal 1998 al Museo Archeologico dell'Alto Adige di Bolzano. Vivi anche tu il fascino di Ötzi!

- 📍 Bolzano, Via Museo 43
- 66 km da Monguelfo
- 🕒 mar-dom: 10:00-18:00 h (ultima entrata 17:30 h)
- 🌐 www.iceman.it



Lumen Museum of Mountain Photography

- 📍 Plan de Corones, Cima
- 14 km da Monguelfo
- 🕒 17. maggio al 09. novembre 2025:
- lun-dom e giorni festivi: 10:00-16:00 h
- ☎ +39 0474 431 090
- 🌐 www.lumenmuseum.it



Messner Mountain Museum Corones

- 📍 Plan de Corones, Cima
- 14 km da Monguelfo
- 🕒 17. maggio al 09. novembre 2025:
- lun-dom e giorni festivi: 10:00-16:00 h
- ☎ +39 0474 501 350
- 🌐 www.messner-mountain-museum.it



Messner Mountain Museum RIPA

I popoli delle montagne. “La vita e la storia delle montagne si riassumono nella vita e nella storia degli uomini che le abitano.”
Reinhold Messner

- 📍 Brunico, Castello di Brunico, Vicolo Castello 2
14 km da Monguelfo
- 🕒 2a dom di maggio – 2. novembre 2025: 10:00-18:00 h
- ✖ martedì
- ☎ +39 0474 410 220
- 🌐 www.messner-mountain-museum.it



Centro visite Tre Cime

Scopri le mostre interattive, le visite guidate informative e la diversità della natura: un'esperienza indimenticabile per grandi e piccini!

- 📍 Dobbiaco, Via Dolomiti 37
10 km da Monguelfo
- 🕒 mar-dom: 09:30-12:30 h & 14:30-18:00 h (luglio e agosto
gio anche dalle 18:00-22:00 h)
- ✖ lun, dom (dom aperterto a luglio e agosto)
- ☎ +39 0474 973 017
- 🌐 www.parchi-naturali.provincia.bz.it/it/centro-visite-tre-cime



Il Museo provinciale degli usi e costumi dell'Alto Adige

Il Museo provinciale degli usi e costumi illustra la vita dell'antica società rurale, i cui protagonisti erano la nobiltà di campagna, coloni, braccianti ed artigiani.

- 📍 Teodone (vicino Brunico), Via Duca Diet 24
15 km da Monguelfo
- 🕒 15. aprile 2025 fino ai primi di novembre 2025:
mar-dom: 10:00-17:00 h
- ✖ lunedì
- ☎ +39 0474 552 087
- 🌐 www.volkskundemuseum.it



Transumanza “Obotola Kirscha”



Atmosfera vivace del mercato

MAGGIO**DOM 04.05.2025**

Wings for Life World Run

📍 Monguelfo

🕒 partenza alle 13:00 h

🌐 wingsforlifeworldrun.com

GIUGNO**MER 11.06. – DOM 15.06.2025**

28° Alta Pusteria InternationalChoirFestival

📍 Val Casies – S. Martino, chiesa parrocchiale

Monguelfo, Casa Paul Troger & Castel Welsperg

🌐 www.festivalpusteria.org

VEN 27.06.2025

Mercato contadino e dell'artigianato artistico

📍 Val Casies – S. Martino, piazza del paese

🕒 09:30-12:30 h

DOM 29.06.2025

Concerti di Sacro Cuore e illuminazione sui monti.

📍 Val Casies-Monguelfo-Tesido

LUGLIO**VEN 11.07 + SAB 25.07.2025**

Mercato contadino e dell'artigianato artistico

📍 Val Casies – S. Martino, piazza del paese

🕒 09:30-12:30 h

SAB 12.07.2025

Südtirol Dolomiti Superbike

📍 Villabassa

🌐 www.dolomitisuperbike.com

AUGUST**VEN 01.08 + SAB 02.08.2025**

Giubileo 10 anni della Banda "Jungböhmsche Pichl"

📍 Val Casies – Colle, zona sportiva

VEN 08.08. + SAB 22.08.2025

Mercato contadino e dell'artigianato artistico

📍 Val Casies – S. Martino, piazza del paese

🕒 09:30-12:30 h

VEN 22.08 + SAB 23.08.2025

15° Festival del Cioccolato a Monguelfo

L'unica festa dell'Alto Adige dedicata al cioccolato: Mercato del cioccolato; programma per bambini, musica e specialità culinarie.

📍 Monguelfo, centro paese

🌐 www.schokoladefestival.com

SAB 30.08.2025

Festa "Gsiesia Heistodlfest"

Pietanze contadine ed intrattenimento musicale

📍 Val Casies – S. Martino, "Interessenschaftshütte Ribisen"

SETTEMBRE**VEN 05.09.2025**

Mercato contadino e dell'artigianato artistico

📍 Val Casies – S. Martino, piazza del paese

🕒 09:30-12:30 h

DOM 21.09.2025

38° Festa delle malghe della Val Casies

Santa Messa in montagna, piatti tradizionali regionali nelle malghe, accompagnati da musica e un programma per bambini.

📍 Val Casies – S. Martino, malga Gallfallalm

🕒 ca. 1 ora 30 min.

SAB 27.09. + DOM 28.09.2025

Sagra "Keila Kirschtla"

Festa tradizionale del paese con un grande corteo e la transumanza la domenica.

📍 Val Casies – Colle, zona sportiva

OTTOBRE**SAB 04.10.2025**

Mercato "Gsiesia Marschtl"

Tradizionale mercato annuale della Val Casies con intrattenimento musicale, concerti, specialità tipiche e transumanza con lotteria.

📍 Val Casies – S. Martino, centro paese

🕒 10:00-18:00 h

SAB 11.10. + DOM 12.10.2025

"Originale Obolola Almbetrieb" – transumanza con sagra

Sabato ritorno delle mucche delle malghe a fondo valle, domenica sagra e festa presso la casa delle Associazioni.

📍 Val Casies – S. Maddalena

Numerosi altri eventi, come concerti al Castel Welsperg, esibizioni delle bande musicali, aperitivi e altre festività, sono disponibili online, presso il vostro alloggio o all'ufficio turistico. Per eventuali modifiche a breve preavviso da parte degli organizzatori, non si assume alcuna responsabilità.

🌐 www.gsieser-tal.com/eventi

🌐 www.gsieser-tal.guest.net



Alta Pusteria InternationalChoirFestival

PROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ GUIDATE

Scoprire attività emozionanti e i luoghi più belli della nostra regione.

I punti panoramici più belli, i rifugi più nascosti, i piatti più autentici: con il nostro programma attività, vi accompagniamo tutto l'anno verso destinazioni degne di nota e vi forniamo informazioni esclusive che altrimenti potreste non conoscere mai.

Per informazioni riguardo al programma: www.gsieser-tal.com o presso la Regione Panoramica delle Dolomiti Val Casies-Monguelfo-Tesido!

☎ +39 0474 978 436

@ info@gsieser-tal.com

INIZIO DELL'ESTATE

ESTATE

INIZIO DELL'ESTATE

18.05-05.07.2025

ESTATE

06.07-13.09.2025

LUN

Escursione culturale a Monguelfo e Tesido

🕒 13:30-16:30 h 🚶 2 ore 30 min. ⚡ 150 m ↔ 7 km
 € 10 €, con GP 0€ 🚗 linea 441



Pag. 38

Escursione a piedi nudi per grandi e piccini a Tesido

🕒 13:00-15:00 h 🚶 2 ore ⚡ 150 m ↔ 2 km
 € 20 €, con GP 10 € 🚗 linea 441, 438



Pag. 40

Cool kids MTB in Val Casies

🕒 15:30-17:00 h
 € 0 € 🚗 linea 441



Pag. 40

MAR

Il risveglio della primavera sulle malghe della Val Casies

🕒 09:45-14:40 h 🚶 4-5 ore ⚡ 550 m ↔ 12 km
 € 10 €, con GP 0€ 🚗 linea 441



Pag. 38

Alba alle Tre Cime di Lavaredo

🕒 ca. 4 ore 🚶 3 ore ⚡ 253 m ↔ 7,6 km 🚗 carpooling
 € 50 €; Bambini da 10 a 14 anni: - 50%



Pag. 40

In sella all'E-Bike alla scoperta dei tesori culturali in Val Casies

🕒 13:00-17:00 h 🚶 3 ore ⚡ 400 m ↔ 30 km
 € 20 €, con GP 10 €; Noleggio bici non incluso. 🚗 linea 441



Pag. 41

MER

Yoga in Val Casies: un viaggio verso la serenità interiore

🕒 maggio: 15:00-16:15 h; giugno, luglio: 15:30-16:45 h
 € 17 €, con GP 12 € 🚗 linea 441



Pag. 38

NATURA PURA, da QUI per TE: escursione con prodotti regionali

🕒 13:00-17:00 h 🚶 2 ore ⚡ 50 m ↔ 3 km
 € 35 €, con escursione 40 € 🚗 linea 441



Pag. 41

In sella all'E-Bike alla scoperta dei tesori culturali in Val Casies

🕒 13:00-17:00 h 🚶 3 ore ⚡ 400 m ↔ 30 km
 € 15 €, con GP 5 €; Noleggio bici non incluso. 🚗 linea 441



Pag. 39

Yoga in Val Casies: un viaggio verso la serenità interiore

🕒 15:30-16:45 h
 € 17 €, con GP 12 € 🚗 linea 441



Pag. 41

VEN GIO

Maestosa escursione in vetta al Rudlhorn 2448 m a Tesido

🕒 09:15-16:15 h 🚶 4 ore - 4 ore 30 min. ⚡ 826 m ↔ 10 km
 € 15 €, con GP 10 € 🚗 linea 441, 438



Pag. 39

E-Bike & Hike: nella Valle Verseltal della Val Casies

🕒 09:30-16:00 h 🚶 6 ore ⚡ Bike: 850 m, Hike: 200 m ↔ 45 km
 € 20 €, con GP 10 €; Noleggio bici non incluso.



Pag. 42

E-Bike & Hike: al Roszogel 2163 m nella Val Casies

🕒 09:30-16:00 h 🚶 6 ore ⚡ Bike: 850 m, Hike: 300 m ↔ 40 km
 € 15 €, con GP 5 €; Noleggio bici non incluso.



Pag. 39

Rifugio Città di Carpi nei Cadini di Misurina

🕒 08:00-15:00 h 🚶 3-4 ore ⚡ 400 m ↔ 11 km
 € 30 €, con GP 20 € 🚗 carpooling










Pag. 42









AUTUNNO

AUTUNNO
14.09–01.11.2025
LUN








Fenomeno naturale delle piramidi di terra di Perca     
 ⌚ 12:00–16:00 h  ⌚ 3 ore ⚡ 1300 m ↔ 6 km 
 € 25 €, con GP 15 €  carpooling Pag. 41

MAR

Alba alle Tre Cime di Lavaredo     
 ⌚ ca. 4 ore  ⌚ 3 ore ⚡ 253 m ↔ 7,6 km  carpooling Pag. 41








In sella all'E-Bike alla scoperta dei tesori culturali in Val Casies     
 ⌚ 13:00–17:00 h  ⌚ 3 ore ⚡ 400 m ↔ 30 km 
 € 15 €, con GP 5 €; Noleggio bici non incluso.  linea 441 Pag. 42

MER


Museo della Prima Guerra Mondiale sul Sas de Stria 2477 m     
 ⌚ 08:30–16:00 h  ⌚ 3 ore ⚡ 275 m ↔ 4 km
 € 25 €, con GP 15 €  carpooling Pag. 42

VEN GIO

Visita guidata al maestoso Castel Welsperg a Monguelfo
 ⌚ 16:00–17:00 h
 € 10 €, con GP 0 € Pag. 42

Sentiero "Cerchio Sylvesto" in Val Silvestro a Dobbiaco     
 ⌚ 08:30–16:00 h  ⌚ 4 ore ⚡ 450 m ↔ 12 km
 € 15 €, con GP 5 €  carpooling Pag. 43


BOOKING & INFO


 **PRENOTAZIONE ONLINE** tramite www.gsieser-tal.com/programma o presso l'ufficio turistico entro le 17:00 h del giorno precedente.
 Per la manifestazione del lunedì entro le 10:00 h di lunedì.
Bambini fino 13,9 anni partecipano gratis al programma vacanze ed attività!

INFORMAZIONE: Consigliamo di portare con sé alle escursioni il seguente: calzatura e abbigliamento adeguata (eventualmente anche un ricambio, abbigliamento antipioggia), una merenda e bevande. Modifiche del programma o interruzione delle escursioni possono essere effettuate per motivi di sicurezza dalla Regione Panoramica delle Dolomiti Val Casies-Monguelfo-Tesido.

INIZIO DELL'ESTATE 18.05-05.07.2025



LUNEDÌ


**ESCURSIONE
CULTURALE A
MONGUELFO
E TESIDO**

Questa escursione attraversa punti culturali di interesse come il Castel Welsperg, il rudere Thurn, il castello scomparso Meisenreut e la chiesetta di San Giorgio con il sorprendente affresco di San Cristoforo. La cappella di Erasmus, con le lapidi e le insegne funebri dei conti di Welsperg, e il cimitero "artistico" di Tesido invitano alla meraviglia e alla riflessione. La visita si conclude con una passeggiata a Monguelfo, il villaggio delle 20 fontane e patria del famoso artista Paul Troger. Pranzo al sacco.

📍 13:30 h alla fermata d'autobus a Monguelfo, Ponte Rienza 🕒 13:30-16:30 h
 🚶 2 ore 30 min. ⬆️ 150 m ↔ 7 km
 € 10 €, con GP 0 €

MARTEDÌ


**IL RISVEGLIO DELLA
PRIMAVERA SULLE
MALGHE DELLA VAL
CASIES**

Dal parcheggio Rotmoos a S. Maddalena si parte in direzione Weissbachtal e si prosegue fino alla malga Joasahütte. Lungo il percorso, i messaggeri della primavera e la splendida vista panoramica fino alle Dolomiti di Braies fanno gioire gli occhi e il cuore dell'escursionista. Discesa a Pidig e ritorno al punto di partenza attraverso il "Sentiero dello Scoiattolo". Pranzo al sacco oppure possibilità di ristoro in malga.

📍 09:45 h presso la fermata d'autobus in Val Casies – S. Maddalena, fondovalle 🕒 09:45-14:40 h
 🚶 4-5 ore ⬆️ 550 m ↔ 12 km
 € 10 €, con GP 0 €



MERCOLEDÌ


**YOGA IN VAL CASIES:
UN VIAGGIO VERSO LA
SERENITÀ INTERIORE**

Rilassarsi nella natura a cielo aperto: trovare la pace. Attraverso la respirazione consapevole e movimenti attenti all'aria aperta, corpo, mente e anima vengono nutriti e rafforzati. Inizia un nuovo benessere equilibrato con l'insegnante di yoga Vroni Fischer. In caso di maltempo, è disponibile un'opzione alternativa. Dopo la lezione di yoga possibilità di fare un'esperienza rinfrescante sul percorso a piedi nudi nell'area di ricreazione "Schneider Waldile".

📍 15:00 h/15:30 h davanti all'Hotel Stoll in Val Casies – Colle
 🕒 maggio: 15:00-16:15 h; giugno, luglio: 15:30-16:45 h
 € 17 €, con GP 12 €

MERCOLEDÌ


**IN SELLA ALL'E-BIKE
ALLA SCOPERTA DEI
TESORI CULTURALI
IN VAL CASIES**

Un'emozionante tour in bicicletta in cui la storia della valle, la bellezza della natura e la libertà di movimento si fondono in un'avventura indimenticabile. Su due ruote, l'escursione in bicicletta passa davanti a antiche chiese e cappelle, autentici masi e testimonianze culturali. Casco obbligatorio. Possibilità di ristoro.

📍 13:00 h davanti all'Hotel Stoll in Val Casies – Colle
 🕒 13:00-17:00 h 🚶 3 ore ⬆️ 400 m ↔ 30 km
 € 15 €, con GP 5 €; Noleggio bici non incluso.

GIOVEDÌ


**MAESTOSA ESCURSIONE
IN VETTA
AL RUDLHORN
2448 M A TESIDO**

Dal parcheggio per escursionisti situato sopra il ristorante di montagna Mudler, il sentiero conduce alla malga Taistner Alm 2012 m. Dopo una breve sosta, inizia la salita lungo il crinale erboso fino alla cresta rocciosa della cima del Rudlhorn 2448 m. In cima, si apre una vista panoramica impressionante sulle Dolomiti Patrimonio Mondiale UNESCO, e sul Parco Naturale Vedrette di Ries – Aurina. Pranzo al sacco o possibilità di ristoro presso la malga Taistner Alm.

📍 09:15 h al parcheggio per escursionisti sopra il ristorante di montagna Mudler a Tesido 🕒 09:15-16:15 h
 🚶 4-4 ore 30 min ⬆️ 826 m ↔ 10 km
 € 15 €, con GP 10 €

HIGHLIGHT DELLA SETTIMANA:

VENERDÌ


**E-BIKE & HIKE: ROSSZOGEL 2163 M
NELLA VAL CASIES**

Il tour parte da Monguelfo e si snoda lungo l'idilliaca pista ciclabile della Val Casies fino a Planca di Sopra. Inizia la salita verso la malga Schuier Alm a 1958 m. Qui si gode di una fantastica vista panoramica sulle maestose Dolomiti Patrimonio Mondiale UNESCO, un luogo ideale per una breve pausa. Dalla malga Schuier si prosegue a piedi: la breve ma gratificante salita porta al Rosszogel 2163 m. Questo punto panoramico offre una vista impressionante sulle montagne circostanti. Ritorno attraverso la Dolomiti Super Bike Route fino a Eggerberg e poi a Monguelfo. Pranzo al sacco.

📍 09:30 h presso Papin Sport Rent a Bike alla stazione ferroviaria di Monguelfo. Punti di accesso lungo il percorso. 🕒 09:30-16:00 h
 🚶 6 ore ⬆️ Bike: 850 m Hike: 300 m ↔ 40 km
 € 15 €, con GP 5 €; Noleggio bici non incluso.

ESTATE 06.07-13.09.2025



LUNEDÌ



ESCURSIONE A PIEDI NUDI PER GRANDI E PICCINI A TESIDO

Ogni passo sul percorso a piedi nudi Rudlbach è un'avventura che risveglia i sensi. Sperimentare l'energia rivitalizzante del ruscello Rudlbach sotto i piedi, sentire le irregolarità naturali di radici e pietre, godere della sensazione delicata del muschio. L'escursionismo a piedi nudi offre, non solo ai bambini ma anche agli adulti, numerosi benefici per la salute e un notevole effetto di benessere. Pranzo al sacco.

📍 13:00 h presso il parcheggio del percorso a piedi nudi a Tesido, Prati di Tesido 🕒 13:00-15:00 h
 🚶‍♂️ 2 ore ⚡ 150 m ↔ 2 km 💰 20 €, con GP 10 €

MARTEDÌ



IN SELLA ALL'E-BIKE ALLA SCOPERTA DEI TESORI CULTURALI IN VAL CASIES

Un'emozionante tour in bicicletta in cui la storia della valle, la bellezza della natura e la libertà di movimento si fondono in un'avventura indimenticabile. Su due ruote, l'escursione in bicicletta passa davanti a antiche chiese e cappelle, autentici masi e testimonianze culturali. Casco obbligatorio. Possibilità di ristoro.

📍 13:00 h davanti all'Hotel Stoll in Val Casies - Colle
 🕒 13:00-17:00 h 🚶‍♂️ 3 ore ⚡ 400 m ↔ 30 km
 💰 20 €, con GP 10 €; Noleggio bici non incluso.

MERCLEDÌ



YOGA IN VAL CASIES: UN VIAGGIO VERSO LA SERENITÀ INTERIORE

Rilassarsi nella natura a cielo aperto: trovare la pace. Attraverso la respirazione consapevole e movimenti attenti all'aria aperta, corpo, mente e anima vengono nutriti e rafforzati. Inizia un nuovo benessere equilibrato con l'insegnante di yoga Vroni Fischer. In caso di maltempo, è disponibile un'opzione alternativa. Dopo la lezione di yoga possibilità di fare un'esperienza rinfrescante sul percorso a piedi nudi nell'area di ricreazione "Schneider Waldile".

📍 15:30 h davanti all'Hotel Stoll in Val Casies - Colle
 🕒 15:30-16:45 h
 💰 17 €, con GP 12 €

LUNEDÌ



MARTEDÌ



COOL KIDS MTB IN VAL CASIES

Corso di tecnica ciclistica sul percorso di allenamento in una piccola area boschiva per bambini/ragazzi con esercizi pratici. Controllo della bicicletta, equilibrio, frenata corretta, tecnica di curva... tanti consigli dai professionisti e tanto divertimento.

Attrezzatura: bicicletta propria e casco.

📍 15:30 h presso il percorso di allenamento della zona sportiva in Val Casies - Colle
 🕒 15:30-17:00 h 💰 0 €



ALBA ALLE TRE CIME DI LAVAREDO

Escursione di 50 minuti dal rifugio Auronzo 2330 m alla Forcella Lavaredo. L'ora blu è un momento di quiete e transizione che preannuncia l'imminente alba con uno spettacolo pittoresco di colori. L'escursione prosegue fino alla malga Langalm, dove è possibile fare colazione, e si conclude con il ritorno al punto di partenza. Trasporto di andata e ritorno con l'autobus escursionistico. Da portare: scarpe da trekking, abbigliamento caldo, berretto e guanti, pranzo al sacco e bevanda calda. Adatto a bambini dai 10 anni in su.

📍 fermata d'autobus a Monguelfo, Ponte Rienza. L'ora di partenza sarà annunciata al momento dell'iscrizione.
 🕒 ca. 4 ore 🚶‍♂️ 3 ore ⚡ 253 m ↔ 7,6 km
 💰 50 €; Bambini da 10 a 14 anni: -50%

HIGHLIGHT DELLA SETTIMANA:

MERCLEDÌ



NATURA PURA, DA QUI PER TE

Escursione con merenda a base di prodotti regionali in Val Casies.

Cosa rende speciale la Val Casies? L'autenticità del paesaggio, il profondo legame degli abitanti con la loro terra, le rustiche fattorie, le tradizioni vive e la calorosa ospitalità rendono questa valle un luogo in cui si desidera tornare ancora e ancora. Un'escursione lungo il suggestivo sentiero panoramico della Val Casies, seguita da una merenda tradizionale a base di prodotti locali del territorio, è un'esperienza IMPERDIBILE. Natalie, la padrona di casa del Lahnhof, vi accoglierà con la sua cordialità e ospitalità. Conosce ogni dettaglio dei prodotti regionali, ognuno dei quali racconta una storia unica di tradizione e sostenibilità. La partecipazione alla merenda è possibile anche per chi preferisce non partecipare all'escursione.

📍 13:00 h presso l'ufficio turistico in Val Casies - S. Martino 🕒 13:00-17:00 h 🚶‍♂️ 2 ore ⚡ 150 m ↔ 3 km 💰 35 €, con escursione 40 €

ESTATE 06.07-13.09.2025

GIOVEDÌ


**E-BIKE & HIKE:
NELLA VALLE VER-
SELLTAL DELLA VAL
CASIES**

Lungo la pista ciclabile della Val Casies si parte da Monguelfo fino a S. Martino e attraverso il sentiero delle malghe si arriva alla Malga Versellalm. Un'attrazione particolare sono gli ampi pascoli alpini, curati con attenzione. Gli alpeggi sono stati valorizzati con cura: sono state installate nuove recinzioni e antichi fienili sono stati restaurati o ricostruiti. Questo paesaggio culturale, mostra l'interazione armoniosa tra natura e agricoltura alpina tradizionale. Possibilità di ristoro.

📍 09:30 h. presso Papin Sport Rent a Bike alla stazione ferroviaria di Monguelfo. Punti di accesso lungo il percorso. 🕒 09:30-16:00 h
🚶 6 ore 🚲 Bike: 850 m, Hike: 200 m ↔ 45 km
€ 20 €, con GP 10 €; Noleggio bici non incluso.

VENERDÌ


**RIFUGIO CITTÀ DI
CARPI NEI CADINI
DI MISURINA**

Dal lago di Misurina, attraverso l'ampio sentiero escursionistico che attraversa la Grave di Pogata e la Forcella Maraia fino al Rifugio Città di Carpi 2100 m. Lungo il percorso si possono godere magnifiche viste sulle rocce del gruppo Marmarole e del Sorapiss. Un luogo di sosta ideale nel cuore delle Dolomiti Patrimonio Mondiale UNESCO. Il ritorno attraverso piccole varianti riporta al punto di partenza. Possibilità di utilizzare la seggiovia del Col de Varda, che riduce il percorso di circa la metà. Possibilità di ristoro.

📍 🚗 carpooling con partenza alle 08:00 h da Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
🕒 08:00-15:00 h 🚶 3-4 ore 🚲 400m ↔ 11km
€ 30 €, con GP 20 €

HIGHLIGHT DELLA SETTIMANA:

MARTEDÌ


**IN SELLA ALL'E-BIKE ALLA
SCOPERTA DEI TESORI
CULTURALI IN VAL CASIES**


Un'emozionante tour in bicicletta in cui la storia della valle, la bellezza della natura e la libertà di movimento si fondono in un'avventura indimenticabile. Su due ruote, l'escursione in bicicletta passa davanti a antiche chiese e cappelle, autentici masi e testimonianze culturali. Casco obbligatorio. Possibilità di ristoro.

📍 13:00 h davanti all'Hotel Stoll in Val Casies – Colle
🕒 13:00-17:00 h 🚶 3 ore 🚲 400m ↔ 30km
€ 15 €, con GP 5 €; Noleggio bici non incluso.

AUTUNNO 14.09-01.11.2025

LUNEDÌ

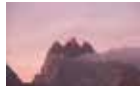

**FENOMENO NATURA-
LE DELLE PIRAMIDI DI
TERRA DI PERCA**

Le piramidi di terra di Perca sono un capolavoro architettonico della natura. Il percorso inizia dal secondo parcheggio di Vila di Sopra. Un sentiero ben segnalato conduce inizialmente attraverso il bosco con un tratto piuttosto ripido, offrendo un ambiente vario. Lungo il tragitto si incontrano grandi omini di pietra, figure interessanti e diversi tipi di roccia, che rendono l'escursione particolarmente affascinante. Il rientro avviene attraverso la strada per Plata, fino al punto di partenza. Pranzo al sacco.

📍 🚗 carpooling con partenza alle 12:00 h da Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
🕒 12:00-16:00 h 🚶 in salita 1 ora 🚲 300 m ↔ 6 km
€ 25 €, con GP 15 €



MARTEDÌ


**ALBA ALLE TRE CIME
DI LAVAREDO**

Escursione di 50 minuti dal rifugio Auronzo 2330 m alla Forcella Lavaredo. L'ora blu è un momento di quiete e transizione che preannuncia l'imminente alba con uno spettacolo pittoresco di colori. L'escursione prosegue fino alla malga Langalm, dove è possibile fare colazione, e si conclude con il ritorno al punto di partenza. Trasporto di andata e ritorno con l'autobus escursionistico. Da portare: scarpe da trekking, abbigliamento caldo, berretto e guanti, pranzo al sacco e bevanda calda. Adatto a bambini dai 10 anni in su.

📍 fermata d'autobus a Monguelfo, Ponte Rienza. L'ora di partenza sarà annunciata al momento dell'iscrizione.
🕒 ca. 4 ore 🚶 3 ore 🚲 253 m ↔ 7,6 km
€ 50 €; Bambini da 10 a 14 anni: - 50 %

MERCOLEDÌ


**MUSEO ALL'APERTO
DELLA PRIMA GUERRA
MONDIALE SUL SAS
DE STRIA 2477 M**

L'escursione parte dal passo Valparola 2168 m, subito dopo il museo della guerra Forte Tre Sassi. Il sentiero si sviluppa attraverso un terreno roccioso. Tra fessure, fossati e caverne, si arriva infine alla cima del monte. Una vista mozzafiato sulle vette dolomitiche circostanti, Patrimonio Mondiale UNESCO, e sull'area intorno al Falzarego. Gallerie, mura e fossati sul Sas de Stria risalgono alla Prima Guerra Mondiale. Il ritorno avviene lungo lo stesso percorso. Richiesto passo sicuro. Pranzo al sacco.

📍 🚗 carpooling con partenza alle 08:30 h da Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
🕒 08:30-16:00 h
🚶 3 Std. 🚲 275 m ↔ 4 km
€ 25 €, con GP 15 €

GIOVEDÌ


**VISITA GUIDATA
AL MAESTOSO
CASTEL WELSPERG
A MONGUELFO**

Un gioiello senza tempo con un imponente mastio del XII secolo in Val Pusteria. Il castello, ampliato nel 15° e 16° secolo, ha vissuto un momento di stallo nel 1765 a causa di un incendio. Oggi si presenta in tutto il suo splendore dopo un delicato restauro. Emozionante visita guidata attraverso le mura storiche del Castel Welsperg con la curatrice Brunhilde.

📍 16:00 h presso il Castel Welsperg a Monguelfo
🕒 16:00-17:00 h
€ 10 €, con GP 0 €

VENERDÌ


SENTIERO "CERCHIO SYLVESTRO" IN VAL SILVESTRO A DOBBIACO

L'escursione inizia presso la "Schnegger Säge" in Valle San Silvestro e si snoda in leggera salita lungo una strada forestale, passando per la pittoresca malga San Silvestro 1800 m e arrivando alla suggestiva malga Steinbergalm 1927 m. Da qui, si attraversa il bosco in direzione ovest fino al Monte Hühnerspiel 2149 m, che offre una vista mozzafiato sulle Dolomiti Patrimonio Mondiale UNESCO. La discesa avviene tramite un sentiero ben percorribile che si riconnette più avanti alla strada forestale, riportando al punto di partenza. Un sentiero che rappresenta il ciclo della vita, della natura e dell'acqua. Possibilità di ristoro.

- 📍 🚗 carpooling con partenza alle 08:30 h da Val Casies – S. Maddalena, fondovalle
- 🕒 08:30-16:00 h
- 👤 ⌚ 4 ore ↗ 1450 m ↔ 12 km
- 💰 € 15 €, con GP 5 €

**RISPETTA LA MONTAGNA!
COMPORTAMENTO RESPONSABILE IN MONTAGNA**

- ✔ Quello che portate con voi in montagna, riportatelo a valle.
- ✔ La natura è un luogo di rigenerazione e silenzio. Comportatevi con calma e rispetto.
- ✔ Vi trovate in un sito Natura 2000. Tutte le piante selvatiche sono protette. È vietato raccoglierle, strapparle, distruggerle o danneggiarle.
- ✔ Non abbandonate mai i sentieri segnalati – non siete soli nella natura.
- ✔ È vietato accendere fuochi, tranne nelle aree appositamente designate.
- ✔ Il campeggio libero è vietato sia nel Patrimonio Mondiale dell'UNESCO sia nel Parco Naturale Vedrette di Ries – Aurina. È consentito l'"alpin bivacco" solo in caso di emergenza.
- ✔ Mantenete sempre una certa distanza dagli animali al pascolo e da altri animali, per non disturbarli o causare loro stress.
- ✔ Tenete il cane al guinzaglio. Gli escrementi dei cani devono essere messi in un sacchetto e smaltiti in modo appropriato a valle.


CLEANUP DAYS 18.09.-21.09.2025

La nostra natura non è solo la nostra casa, ma anche un luogo prezioso di relax. Per mantenerla tale, La invitiamo con piacere ai CleanUpDays in Val Casies!

POSSIBILITÀ DI RISTORO



Delizie per il palato della Val Casies

TRATTORIE RISTORANTI IN MONTAGNA

Karbacher Hof, Val Casies – S. Martino

📅 mercoledì
☎ +39 348 706 9673

Regiohof, Val Casies – S. Maddalena

📅 mercoledì
☎ +39 0474 948 562
🌐 www.regiohof.com

Reia Stubm, Val Casies – S. Maddalena

📅 martedì
☎ +39 348 952 9370
🌐 www.reia-stubm.com

Reierhof, Val Casies – S. Maddalena

📅 martedì
☎ +39 388 194 0304
🌐 www.reierhof.com

BAR

Dorf Cafe Bar Lounge Gelateria, Monguelfo

📅 sabato
☎ +39 0474 944 833
🌐 www.dorfcafe.it

Goldene Rose, Monguelfo

📅 mercoledì
☎ +39 0474 944 113
🌐 www.hotel-goldenerose.com

Gschwendt, Val Casies – Colle

📅 giovedì
☎ +39 0474 747 010
🌐 www.hotel-gschwendt.it

Hofmann, Val Casies – S. Maddalena

📅 mercoledì
☎ +39 0474 948 014, +39 348 859 5362
🌐 www.hotelhofmann.com

Mana Bar Cafe, Tesido

📅 sabato
☎ +39 348 325 1955

Oberporte, Monguelfo

📅 giovedì
☎ +39 0474 944 098
🌐 www.hotel-oberporte.com

Bar & snack piscina scoperta Panorama, Monguelfo

☎ +39 340 359 4665

Seehof, Monguelfo

📅 martedì
☎ +39 0474 944 571
🌐 www.hotelseehof.it

Sportbar (SSV Pichl), Val Casies – Colle

📅 aperto solo durante manifestazioni
🌐 www.ssvpichlgsies.com

Bar Steiner, Val Casies – S. Martino

☎ +39 0474 978 482

Waldheim, Val Casies – Colle

📅 mercoledì
☎ +39 0474 746 922
🌐 www.hotel-waldheim.eu

RISTORANTI

Durnwald, Val Casies – Colle

📅 lunedì
☎ +39 0474 746 886
🌐 www.restaurantdurnwald.it

Hell, Monguelfo

🕒 solo a mezzogiorno menu
📅 lunedì
☎ +39 0474 944 126
🌐 www.hotelhell.info

Kahnwirt, Val Casies – S. Martino

🕒 solo colazione e sera su prenotazione
☎ +39 0474 978 409
🌐 www.kahnwirt.it

Kircherwirt, Val Casies – S. Martino

🕒 prenotazione gradita per la sera
📅 giovedì
☎ +39 0474 978 420
🌐 www.kircherwirt.com

Leitenhof, Val Casies – S. Maddalena

🕒 solo la sera su prenotazione
📅 martedì
☎ +39 0474 948 027
🌐 www.leitenhof.com

Mudler-Berggasthaus mit Panoramablick,

Tesido
📅 martedì
☎ +39 0474 950 036
🌐 www.mudlerhof.com

Quelle, Val Casies – S. Maddalena

🕒 solo la sera su prenotazione
☎ +39 0474 948 111
🌐 www.hotel-quelle.com

Sporthütte, Val Casies – S. Martino

📅 lunedì, martedì
☎ +39 349 159 4725

Stoll, Val Casies – Colle

🕒 solo la sera su prenotazione
☎ +39 0474 746 916
🌐 www.hotelstoll.com

Tyrol, Val Casies – Colle

📅 mercoledì
☎ +39 0474 746 924
🌐 www.hoteltyrol.net

Waldruhe, Val Casies – S. Martino

🕒 prenotazione gradita per la sera
☎ +39 0474 978 403
🌐 www.waldruhe.com

Zum Graf, Val Casies – Colle

📅 martedì
☎ +39 0474 862 395
🌐 www.zumgraf.it

RISTORANTI & PIZZERIA

Binta Pub, Val Casies – Colle

🕒 prenotazione per il ristorante gradita
📅 lunedì
☎ +39 0474 746 024
🌐 www.binta.it

Chalet Olympia, Tesido

📅 lunedì
☎ +39 0474 950 012
🌐 www.chaletolympia.it

Goldener Löwe, Monguelfo

📅 lunedì
☎ +39 0474 944 547

Karla, Val Casies – S. Martino

🕒 mezzogiorno solo ristorante
📅 mercoledì
☎ +39 379 160 4041
🌐 www.karla-restaurant.com

Lanzberg, Val Casies – S. Maddalena

🕒 mezzogiorno e sera su prenotazione
📅 mercoledì
☎ +39 347 591 3534, +39 0474 430 524

NoLè, Monguelfo

📅 martedì
☎ +39 0474 250 100
🌐 www.nole-pizzeria.com



Gli orari di apertura attuali sono riportati nell'elenco della gastronomia e dei rifugi oppure su: www.gsieser-tal.com

Alta stagione: i giorni di riposo possono essere sospesi.

Tutte le informazioni senza garanzia. Riserva di modifiche da parte dei ristoratori.

PRODOTTI DA MONTE E VALLE



Incisore Gravur Design Stoll Daniel

Incisioni personalizzate ideali per il regalo individuale in legno, vetro, pelle o vari articoli da regalo in pino cembro così come gioielli di produzione propria, papillon, cravatte.

📍 Tesido, Prati 45

🕒 lun, mer, gio, ven: 09:00-12:00 h + 15:00-17:00 h
mar: su appuntamento.

☎ +39 327 208 4444

🌐 www.gravurdesign.com



Prodotti tipici locali dal maso Hintnerhof

Nel nostro negozio SELF SERVICE troverete 24 ore su 24 uova fresche biologiche e pasta all'uovo biologica prodotta con le uova "Gsiesia Goggilan" (uova della Val Casies). Inoltre miele, Kaminwurzen e Speck, pollo da zuppa biologico e pollo arrosto biologico.

📍 Val Casies – Colle, Puregg 16

☎ +39 349 835 5749

🌐 www.hintnerhof.com



Klanschta – Carne bio

Vendita al maso di carne biologica (manzo, maiale e tacchino) previo ordinazione.

📍 Val Casies – S. Maddalena, Madleitn 7b

☎ +39 340 231 2659



Da QUI, per TE. Prodotti tipici locali dal Maso Lahnhof

La nostra azienda agricola in Val Casies e noi, come famiglia che la gestisce, abbiamo una connessione molto stretta con la natura. Diamo valore al cibo regionale e consideriamo i nostri animali come esseri viventi da proteggere. Se i nostri animali stanno bene, anche noi stiamo bene.

È proprio questo che ci motiva, e si può percepire il gusto autentico dei nostri prodotti naturali.

Lavoriamo volentieri anche i materiali che la nostra terra ci offre, realizzando pezzi unici in legno e metallo.

📍 Val Casies – S. Martino, Lahn 8

🕒 lun-sab: su appuntamento telefonico 09:00-12:00 h

☎ +39 335 563 5904

🌐 www.lahnhof.eu

Orari d'apertura senza garanzia.

Si prega di contattare direttamente i produttori per gli orari esatti.



Prodotti tipici locali dal maso Lonza Hof

Uova da allevamento ruspante e prodotti di pasta all'uovo.

📍 Val Casies – S. Martino, Kapiern 7b

☎ +39 349 530 8937

🌐 www.lonza-hof.it



Prodotti di produzione biologica del Platzerhof

Coltivazione biologica di cereali, lamponi e patate. Vendita di: farina (grano, segale, farro) macinata nel proprio mulino; grissini di farro; strudel di mele fatto in casa; tipici Krapfen tirolesi; sciroppo di lamponi; sciroppo di sambuco; patate.

📍 Tesido, Via del Sole 22

🕒 Vendita diretta al maso tutto l'anno: 08:00-19:00 h.

Strudel di mele e prodotti fritti su prenotazione.

☎ +39 392 206 9858

🌐 www.platzerhof.com



Regiohofs pietanze contadine – artigianato – bottega

L'estate è il tempo del Regiohof – godere come nei tempi passati.

📍 Val Casies – S. Maddalena, Via Pater-Haspinger 22c

🕒 20.06.-06.09.2025: ogni giorno dalle 11:30- ca. 19:00 h

Pietanze contadine & bottega

Stube panoramica & terrazza, caffè & dolci, aperitivo & merende, creazioni di gelato & fragole di montagna, birre speciali, vini. Long- & Shortdrinks, Albert's Gin ed elisiri di montagna.

✖ mercoledì, durante agosto nessun giorno di riposo.

🕒 la nostra bottega è aperta tutto l'anno:

lun + ven: 09:00-12:00 h e in qualsiasi momento su appuntamento.

☎ +39 0474 948 562

🌐 www.regiohof.com



Manufattura AlpenHigh® Seppila

Presentazione e degustazione di distillati pregiati, locali di propria produzione. Elisiri di erbe delle Dolomiti. Radici, bacche e legni resinosi coccolano il naso e il palato. Assaggiate la migliore acquavite di fieno del mondo, il gin blu fatto con il ghiaccio dei ghiacciai antichi, lo Speck liquido, la stella alpina dell'imperatore, la genziana amara o la tentazione più peccaminosa della valle. Degustazioni, vendite e consulenza solo su appuntamento.

📍 Tesido, Via Haspa 30

☎ +39 348 190 5518

🌐 www.seppila.com



Bottega agricola Stachabroat

Immergetevi nel mondo della tradizionale fattoria di montagna e vivete l'atmosfera unica dello maso Stachahof. Incontrate i nostri animali – dalle capre, ai buoi, ai maiali – e godetevi la tranquillità delle montagne altoatesine.

Nella bottega agricola troverete le nostre prelibatezze: Speck salato, salsicce speziate Kaminwurzen, marmellate e miscele da forno per il vero pane contadino – un pezzo di Alto Adige per casa vostra!

📍 Tesido, Prati 26
 ☎ +39 340 984 8836
 🌐 www.stachabroat.com



Tornitore Josef Taschler

Manufatto tradizionale di ciotole e scodelle in cirmolo come pure forme moderne anche per uso decorativo in diversi legni aghifoglia nostrani. Con ogni acquisto, riceverete in regalo un sacchetto di trucioli di pino con una breve descrizione.

📍 Val Casies – S. Maddalena, Rotmoos Via Pater-Steinmair 1
 🕒 vendita: lun-ven: 09:00-12:00 h & 14:00-17:00 h
 Preghiamo di accordare un appuntamento telefonico. Poiché si svolgono anche attività agricole, gli orari di apertura non possono essere sempre rispettati.

☎ +39 0474 948 083
 🌐 www.rotmoos.com/drechslerrei



Caseificio Waldsamer

Prodotti a base di latte fieno o foraggio di erba fresca: vari tipi di formaggi da taglio, formaggi freschi, ricotta, burro e yogurt naturale, alla frutta e yogurt drink. Vendita diretta.

📍 Val Casies – S. Maddalena, Madleitn 5
 🕒 lun, ven, sab: 09:00-12:00 h & 15:00-19:00 h
 mar: 09:00-12:00 h; gio: 15:00-19:00 h

☎ +39 0474 948 009
 🌐 www.waldsamerhof.it



INFO A-Z

Le informazioni più importanti per la Vostra vacanza da sogno nella Regione Panoramica delle Dolomiti Val Casies-Monguelfo-Tesido a colpo d'occhio: escursioni in autobus, guide alpine, shopping e molto altro ancora! Qualche domanda? Basta contattare gli uffici turistici della Val Casies – S. Martino o Monguelfo! Lo staff è a Sua disposizione personalmente o telefonicamente al numero +39 0474 978 436. Non vediamo l'ora di darVi il benvenuto!

Autofficina, autosoccorso, benzinaio

Oberhammer Renate

📍 Monguelfo, Via Pusteria 2

☎ +39 0474 944 138

Banca, cambio valuta, bancomat

Cassa Raiffeisen Val Casies

📍 Val Casies – S. Martino, S. Martino 8b

☎ +39 0474 947 800

Cassa Raiffeisen Tesido

📍 Tesido, Via del Sole 28

☎ +39 0474 947 820

Cassa Raiffeisen Monguelfo

📍 Monguelfo, Via Pusteria 9

☎ +39 0474 944 139

Banca Popolare Monguelfo

📍 Monguelfo, Via Parrocchia 13

☎ +39 0474 544 750

Biblioteca

🕒 Ogni secondo sabato è aperta una biblioteca diversa.

Biblioteca Val Casies

📍 Val Casies – S. Martino, S. Martino 12a

🕒 mar: 09:30–11:30 h, mer: 14:30–17:00 h, ven: 16:30–18:00 h

📍 Val Casies – S. Maddalena, Via Bergerstraße 7c

🕒 lun: 14:30–17:00 h, mer: 16:30–18:00 h

📍 Val Casies – Colle, Colle di Fuori 5a

🕒 mar: 14:30–17:00 h, gio: 16:30–18:00 h

☎ +39 0474 978 785

🌐 www.gsies.eu

Biblioteca Monguelfo

📍 Monguelfo – Via P.-J.-Schwingshackl 3

🕒 gli orari di apertura sono disponibili sul sito web:

www.biblio.bz.it/welsbergtaisten

☎ +39 0474 946 083

🌐 www.biblio.bz.it/welsbergtaisten

Biblioteca Tesido

📍 Tesido – Piazza Bruder-Hans-Oberstaller 1

🕒 gli orari di apertura sono disponibili sul sito web: www.biblio.bz.it/welsbergtaisten

☎ +39 0474 950 015

Bollettino del traffico

Centrale viabilità provinciale

🕒 lun-sab: 06:30–20:00 h,

dom + giorni festivi: 08:00–20:00 h

☎ +39 0471 200 198

🌐 www.provinz.bz.it/traffico

Centro di riciclaggio

Val Casies – S. Martino

🕒 mar: 13:30–16:30 h, sab: 08:00–11:30 h

☎ +39 0474 978 232

Monguelfo

🕒 mar: 13:00–15:30 h, gio: 13:00–15:00 h dal

01.06–25.09.2025, sab: 07:30–10:00 h

☎ +39 0474 946 012

Farmacia

Distribuzione medicinali della “Farmacia al Castello”

📍 Val Casies – S. Martino, S. Martino 10a

🕒 lun, mer, ven: 09:00–12:00 h

☎ +39 0474 948 543

Farmacia al Castello

📍 Monguelfo, Via Parrocchia 1a

🕒 lun-ven: 08:30–12:30 h & 15:00–19:00 h,

sab: 08:30–12:00 h & 15:00–18:00 h

☎ +39 0474 944 112

🌐 www.apothekewelsberg.it

Funghi

I funghi possono essere raccolti solamente con un permesso funghi, valido nel comune in cui è stato dato, e solo nei giorni pari (per esempio 2, 4 e 6 giugno) dalle 07:00–19:00 h e al massimo 1 kg a persona (sopra 14 anni) e al giorno. I permessi si possono acquistare presso gli uffici turistici a Monguelfo, Tesido e la Val Casies – S. Martino nonché al distributore automatico dell'ufficio turistico di S. Martino (08:00–21:30 h) oppure online. (10 € al giorno a persona).

Guida alpina

Guide alpine Val Pusteria e guide escursionistiche

Val Pusteria

📍 Anterselva, Via Rasun di Sopra 15

☎ +39 347 332 1416

🌐 www.bergfuehrerpustertal.com

Impianti di risalita

Plan de Coronas

🕒 17.05.–09.11.2025: 09:00–17:00 h

🌐 www.kronplatz.com

Klausberg

🕒 24.05.–26.10.2025:

08:30–12:20 h & 13:00–17:00 h

🌐 www.skiworlddahrntal.it

Speikboden

🕒 31.05.–19.10.2025: 08:30–17:00 h

🌐 www.skiworlddahrntal.it

3 Zinnen Dolomites

Monte Elmo, Croda Rossa, Stiergarten, Tre Cime,

Monte Baranci

🕒 fine maggio a inizio novembre 2025

🌐 www.dreizinnen.com

Internet, WIFI

Biblioteca Tesido

📍 Tesido, Piazza Bruder-Hans-Oberstaller 1

☎ +39 0474 950 015

🌐 www.biblio.bz.it/welsbergtaisten

Biblioteca Monguelfo

📍 Monguelfo, Via P.-J.-Schwingshackl 2

☎ +39 0474 946 083

🌐 www.biblio.bz.it/welsbergtaisten

Dorf Cafe Bar Lounge Gelateria

📍 Monguelfo, Piazza Margherita 2

☎ +39 0474 944 833

🌐 www.dorfcafe.it

Ristorante Pizzeria Binta Pub

📍 Val Casies – Colle, Via Val Casies 2

☎ +39 0474 746 024

www.binta.it

Ristorante Pizzeria Goldener Löwe

📍 Monguelfo, Piazza Centrale 4

☎ +39 0474 944 547

Medico

Dott.ssa Andrea Kargruber

📍 Monguelfo, Via Pater-Johann-Schwingshackl 1

☎ +39 0474 921 010

Dott.ssa Claudia Kraler

📍 Monguelfo, Via Pater-Johann-Schwingshackl 1

☎ +39 0474 944 549

Dott. Gregor Moroder

📍 Val Casies – S. Martino, 8b

☎ +39 0474 978 490, +39 348 715 5141

🌐 dr-moroder.squarespace.com

Mercati**Val Casies**

Mercato contadino e dell'artigianato

📍 Val Casies – S. Martino, piazza centrale

🕒 27.06. + 11.07. + 25.07. + 08.08. + 22.08. + 05.09.2025: 09:30–12:30 h

Mercato annuale

📍 Val Casies – S. Martino, nella Piazza del paese

🕒 04.10.2025: 08:00–18:00 h

Monguelfo

Mercato settimanale

📍 Monguelfo, centro del paese

🕒 ogni martedì 01.07.–26.08.2025: 08:30–13:00 h

Mercatino delle pulci

📍 Monguelfo, centro del paese

🕒 26.07. + 02.08. + 09.08. + 11.08. + 16.08. + 18.08. + 30.08.2025: tutto il giorno

Mercato del cioccolato e del gusto

📍 Monguelfo, centro del paese

🕒 22.08.–23.08.2025

Specialità della Puglia, Puglia in Tavola

📍 Monguelfo, centro del paese

🕒 13.08.–16.08.2025

Villabassa

📍 Villabassa, Piazza Von-Kurz

🕒 01.03.–06.09.2025: il primo sabato di ogni mese 08:00–14:00 h

Dobbiaco

📍 Dobbiaco, centro del paese

🕒 il primo e il terzo lunedì di ogni mese: 08:00–14:00 h

Brunico

Mercato settimanale

📍 Brunico, Piazza del Municipio

🕒 ogni mercoledì: 08:00–13:30 h

Mercato contadino

📍 Brunico, Via Bastioni

🕒 ogni venerdì: 08:00–13:30 h

Mercatino di Pasqua

📍 Bruneck, Rathausplatz

🕒 10.04.–12.04.2025

Fiera di Stegona

📍 Brunico – Stegona, Piazza Mercato di Stegona

🕒 26.10.–28.10.2025

Valdaora

Mercato settimanale

📍 Valdaora, Valdaora di Mezzo

🕒 ogni venerdì: 08:00–12:00 h

Cortina

Mercati settimanali

📍 Cortina, zona industriale, Pian da Lago

🕒 ogni mar e ven: 08:00–13:00 h

Lienz (A)

Stadtmarkt

📍 Lienz (A), Via Messinggasse

🕒 da aprile a ottobre 2025

ven: 13:00–18:00 h, sab: 08:30–12:30 h

Mobilità in Alto Adige, Info–Hotline

☎ +39 0471 220 880
 🌐 www.suedtirolmobil.com

Noleggio biciclette e service

Papin Sport Rent a Bike
 📍 Monguelfo – Stazione ferroviaria
 ☎ +39 0474 913 450
 🌐 www.papinsport.com

HUSKI rentals – Noleggio biciclette, servizio e shop
 📍 Val Casies – S. Maddalena, Via Pater–Steinmair 4
 📍 Monguelfo, Via Principale 1
 ☎ +39 349 704 6522
 🌐 www.huskirentals.com

Scuola MTB dell'associazione SSV Pichl/Gsies
 Tour MTB guidate ed allenamento.
 📍 Val Casies – Colle, Zona sportiva di Colle
 ☎ +39 349 620 0072

Noleggi macchina

Auto Graf
 📍 San Candido, Via Pizach 27
 🕒 08:00–12:00 h & 13:30–17:30 h
 ☎ +39 0474 913 276
 🌐 www.auto-graf.it

Noleggio Auto Winkler Egon
 📍 S. Lorenzo, Mantana 33b
 🕒 08:00–20:00 h
 ☎ +39 348 268 4666
 🌐 www.winkler-rent.com

Rent a Car Pustertal
 📍 Brunico, Piazza Cappuccini 1a
 🕒 08:00–20:00 h
 ☎ +39 335 764 5000
 🌐 www.rentacar-pustertal.com

Numeri di emergenza**Numero di emergenza generale**

☎ **112**
 Carabinieri Monguelfo
 ☎ +39 0474 944 133

Orari autobus e treno

Deutsche Bahn DB (D): www.deutschebahn.com
 Österreichische Bundesbahn (A): www.oebb.at
 Alto Adige (I): www.suedtirolmobil.info (Biglietti online solo nell'app suedtirolmobil)
 Trenitalia (I): www.trenitalia.com

Ospedale

Brunico
 📍 Brunico, Via Ospedale 11
 ☎ +39 0474 581 111

S. Candido
 📍 San Candido, Via Freisinger 2
 ☎ +39 0474 917 111

Sito web generale dell'azienda sanitaria dell'Alto Adige
 🌐 www.sabes.it

Pescare

🕒 Pescare possibile da 01.04.–30.09.2025

Rio Casies (con licenza di pesca)
 📍 S. Martino – Brückenwirt
 📍 Hotel Quelle, S. Maddalena (vendita biglietto giornaliero)
 ☎ +39 0474 948 111

📍 Ristorante Binta Pub, Colle (vendita biglietto giornaliero)
 ☎ +39 0474 746 024

Diga di Valdaora (con licenza di pesca)
 📍 Hotel Seehof, Monguelfo (vendita biglietto giornaliero)
 ☎ +39 0474 944 571

Pronto soccorso

Ospedale Brunico
 ☎ +39 0474 581 200

Ospedale S. Candido
 ☎ +39 0474 917 140

Punto di ricarica E-Bike

📍 Monguelfo, ufficio turistico (centro paese)
 ☎ +39 0474 978 436

📍 Monguelfo, Dorf Cafe Bar Lounge Gelateria
 ☎ +39 0474 944 833

📍 Tesido, Mudler maso panoramico di montagna
 ☎ +39 0474 950 036

📍 Tesido, Hochrautalm
 ☎ +39 347 113 7745

Punto di ricarica per macchine elettriche

📍 Monguelfo, Via Parrocchia 13
 ☎ 800 832 855
 🌐 www.neogy.it

Stazione

S. Candido
 🕒 lun–ven: 08:20–12:15 h & 13:30–16:45 h
 ☎ +39 0474 913 224

Brunico

🕒 lun–sab: 05:50–19:50 h; dom + giorni festivi: 08:55–12:45 h & 13:45–17:00 h
 ☎ +39 0474 553 623

Monguelfo
 Biglietti disponibili solo presso le biglietterie automatiche
 🌐 www.suedtirolmobil.info, biglietti online solo nell'app suedtirolmobil

Sante Messe

Val Casies – Monguelfo – Tesido
 🌐 www.se-oberespustertal.it
 www.dekanat-bruneck.it

Shopping

Piazze vivaci, storie antiche, locali e negozi accoglienti e la particolare cordialità delle persone che vivono qui.
 🕒 lun–ven: 08:30/09:00–12:00 h & 15:00–19:00 h, sab: 08:30/09:00–12:00 h & 15:00–18:00 h, (sabato di pomeriggio solo in alta stagione)

I panifici la mattina aprono tra le 06:30 h e le 08:30 h. Gli orari precisi dei negozi sono apportati all'ingresso dei negozi.

Negozi di alimentari

Panificio Amhof
 📍 Monguelfo, Piazza Margherita 2
 ☎ +39 0474 944 052
 🌐 www.amhof.bz.it

Panificio Trenker
 📍 Monguelfo, Via Parrocchia 1
 ☎ +39 0474 944 130
 🌐 www.trenker.com

Negozio alimentari Despar Amhof
 📍 Val Casies – S. Martino, S. Martino 11a
 ☎ +39 0474 978 408
 🌐 www.amhof.bz.it

Negozio alimentari Naves
 📍 Val Casies – Colle, Bircha 2
 ☎ +39 0474 476 958
 🌐 www.naves.it/gsies-casies

📍 Monguelfo, Via Pusteria 17
 ☎ +39 0474 946 128
 🌐 www.naves.it/welsberg-monguelfo

Negozio alimentari Commercio Reier
 📍 Val Casies – S. Maddalena, Via Maddalena 11a
 ☎ +39 0474 948 116

Negozio alimentari Despar Hellweger

📍 Monguelfo, Piazza Margherita 4
 ☎ +39 0474 946 512
 🌐 www.hellweger.it

Macelleria Hell
 📍 Monguelfo, Piazza Centrale 3
 ☎ +39 0474 944 012
 🌐 www.hotelhell.info/metzgerei

Negozi di abbigliamento

Hellweger Intersport
 📍 Monguelfo, Via Pusteria 7
 ☎ +39 0474 946 007
 🌐 www.hellweger.it

Scarpe Hintner
 📍 Monguelfo, Via Pusteria 14
 ☎ +39 0474 944 171

Mittermair Mondo Shopping Welt
 📍 Monguelfo, Via Stazione 1
 ☎ +39 0474 944 380

Articoli da regalo, souvenirs & bricolage

Mittermair Mondo Shopping Welt
 📍 Monguelfo, Via Stazione 1
 ☎ +39 0474 944 380

Geschenkestube
 📍 Monguelfo, Via Paul Troger 1
 ☎ +39 0474 944 633

Hopla articoli bricolage e carta
 📍 Monguelfo, Via Parrocchia 8
 ☎ +39 0474 944 128

Altri negozi

Ottica Cadore
 📍 Monguelfo, Via Parrocchia 17
 ☎ +39 0474 946 035

Ferramenta Naves
 📍 Monguelfo, Via Pusteria 17
 ☎ +39 0474 946 128
 🌐 www.naves.it/welsberg-monguelfo

Hellweger Intersport
 📍 Monguelfo – Via Pusteria 7
 ☎ +39 0474 946 007
 🌐 www.hellweger.it

Elektro Mairhofer
 📍 Monguelfo, Via Paul Troger 4
 ☎ +39 0474 944 084

Mittermair Mondo Shopping Welt
 📍 Monguelfo, Via Stazione 1
 ☎ +39 0474 944 380

Arredamento Wohnland

📍 Monguelfo, Via Principale 7
 ☎ +39 0474 944 480
 🌐 www.wohnland.it

Cron4

📍 Riscoene, Im Gelände 26
 ☎ +39 0474 410 473
 🌐 www.cron4.it

Taxi

Taxi Oberhammer Renate
 ☎ +39 0474 944 138

Taxi Seiwald
 ☎ +39 0474 948 023

Ufficio oggetti smarriti

Per la Val Casies: Comune Val Casies

☎ +39 0474 978 726

Per Monguelfo & Tesido: Polizia Comunale Monguelfo

☎ +39 0474 862 295

Ufficio oggetti smarriti digitale per tutti i comuni dell'Alto Adige

🌐 www.fundinfo.it

Ufficio Postale

🕒 lun-ven: 08:20-13:45 h, sab: 08:20-12:45 h

📍 Val Casies – S. Martino, Lahn 1a

☎ +39 0474 978 405

📍 Monguelfo, Via Pusteria 10

☎ +39 0474 944 104

Vignetta autostradale

La vignetta autostradale austriaca è in vendita vicino e dopo il confine in ogni chiosco o distributore, come pure online

🌐 shop.asfinag.at

Voli in tandem

Tandemflights FLIAGmo

📍 Val Casies – S. Maddalena, Via Bergerstraße 25a

☎ +39 342 646 6099

🌐 www.fliagmo.it

Wellness

Hotel La Casies

📍 Val Casies – S. Maddalena, Via della Chiesa 2

☎ +39 0474 978 441

Day spa disponibile solo su prenotazione e prenotabile come pacchetto

🌐 www.lacasies.com

Acquafun

📍 S. Candido, Via M.H. Huber 2

☎ +39 0474 916 200

🌐 www.acquafun.com

SÜDTIROL GUEST PASS GSIESERTAL-WELSBERG-TAISTEN CARD

LA SUA CARTA OSPITE DIGITALE!



Esclusivamente per ogni ospite di una struttura aderente alla Regione Panoramica delle Dolomiti Val Casies–Monguelfo–Tesido

Via libera in Alto Adige – scoprite escursioni, tour in mountain bike e il regno delle rustiche malghe gestite. Grazie alla nostra posizione centrale, siamo proprio al centro di tutto. La Südtirol Guest Pass – Gsiesertal-Welsberg-Taisten Card promuove la mobilità sostenibile e l'uso dei mezzi pubblici. Il Guest Pass digitale viene inviato automaticamente all'ospite (a partire da 6 anni) via e-mail al momento del check-in o del pre-check-in, con il nome e il periodo di soggiorno.

- ✔ Escursioni guidate gratuite o a prezzo ridotto (pag. 32–44)
- ✔ Cartina e guida escursionistica disponibile presso il Suo alloggio.
- ✔ Bambini fino a 13,9 anni partecipano gratuitamente al programma vacanze ed attività.
- ✔ Adventure Golf Monguelfo prezzo ridotto: adulti 4,30 €; bambini fino 14 anni 3,00 €. Famiglie a partire da 4 persone 1 bambino gratuito.
- ✔ Huski noleggio bici a Monguelfo e Val Casies – S. Maddalena: Riduzione del prezzo di 10% sul noleggio.
- ✔ Papin Sport Rent a Bike a Monguelfo presso la stazione FS: Riduzione del prezzo di 10% sul noleggio.
- ✔ KreativRaft in Valle Aurina: Riduzione del prezzo di 10% su tutte le attività offerte.
- ✔ Tandemflights Kronplatz e Kronfly sul Plan de Coronas e Speikboden: 10% di sconto. (www.tandemflights-kronplatz.com; www.kronfly.it)
- ✔ Owl Park – nel regno di gufi e civette a S. Vigilio: 10% di sconto sull'ingresso, su dimostrazioni di volo e visite didattiche.
- ✔ Kronaction outdoor & fun park; Skyscraper 10% sul prezzo singolo (www.kronaction.com)

Utilizzo illimitato gratuito di tutti i mezzi pubblici in Alto Adige!

Servizi inclusi:

- ✔ Autobus e trasporto locale: Autobus urbani e Citybus, autobus regionali, Auto Postale Svizzera (linea 811 nella tratta Malles – Müstair/confine)
- ✔ VVT Regiobus: linea 273: tratta Malles – Pfunds/Kajetansbrücke, linea 335 Moso i. P. – Obergurgl (pedaggio escluso)
- ✔ Treni regionali e regionale veloce (R, RV & RE) in Alto Adige come pure per Trento:
 - Ferrovia del Brennero: Brennero – Bolzano – Trento,
 - Bolzano – Merano
 - Ferrovia della Val Venosta: Malles – Merano
 - Ferrovia della Val Pusteria: Bressanone – Brunico – San Candido/Versciaco
- ✔ Funivie: funivia Renon, trenino del Renon, funivia del Colle, funicolare della Mendola, funivia Verano, funivia Meltina, funivia Rio di Pusteria – Maranza

Servizi non inclusi:

- ❗ Linee speciali: Nightliner, treni a lunga percorrenza (p.es. Eurocity, Intercity Notte, Railjet, Frecciarossa, Italo)
- ❗ Linee Alpine: Alpe di Suisi linee 10, 11, 12
- ❗ Shuttle 439 Monguelfo–Lago di Braies, Linea 442 Lago di Braies dall'inizio di luglio all'inizio di settembre, Shuttle 444 rifugio Auronzo/3 Cime di Lavaredo e per il servizio navetta 440 Sesto–Val Fiscalina–Passo Monte Croce
- ❗ Trasporto di animali: Biglietto singolo o Mobilcard Junior (biglietto a pagamento per 1, 3 o 7 giorni). Gratuito: cani guida e piccoli animali tenuti in braccio. I cani devono essere **muniti di museruola!**
- ❗ Trasporto di biciclette: È necessario un biglietto giornaliero per biciclette. Le biciclette possono essere trasportate sui treni regionali e sulle linee di autobus segnate, se c'è spazio disponibile.

Il trasporto di bambini in carrozzina è gratuito.

Uso:

La carta ospite digitale viene inviata automaticamente all'indirizzo e-mail dell'ospite al momento del check-in o del pre-check-in con il nome e il periodo di soggiorno, inclusa una versione elettronica e un PDF. Essa può essere utilizzata come PDF su un dispositivo mobile (smartphone) o aggiunta al "Wallet". Se preferite una copia stampata o non avete accesso alla vostra e-mail, il vostro gestore può stampare il PDF al vostro arrivo.

Convalida:

Il Guest Pass deve essere convalidato all'inizio di ogni viaggio scansionando il codice QR.

Un segnale acustico e un OK sul display confermano la convalida. Quando si viaggia in treno, il Guest Pass deve essere convalidato prima di salire sul treno.

Validità:

Il Guest Pass è valido per tutto il soggiorno, dalle ore 00:00 del giorno di arrivo alle ore 23:59 del giorno di partenza.

🔍 Ulteriori informazioni sul Guest Pass Alto Adige su gsieser-tal.com e guestpass.suedtirol.info

🔍 Informazioni sugli orari su altoadigemobilita.info

Acquistare e convalidare i biglietti per il trasporto pubblico con lo smartphone per chi non possiede il Guest Pass:

Con il mobile ticketing sulla app altoadigemobilità puoi acquistare il biglietto comodamente online:

Biglietto singolo regionale, biglietto singolo urbano, biglietto giornaliero urbano, biglietti per la funivia e il trenino del Renon e la funicolare della mendola, biglietti Nightliner, Mobilcard e biglietto giornaliero Euregio 2 Plus. I costi dei biglietti online sono gli stessi dei biglietti tradizionali e il pagamento avviene con carta di credito o debitcard.

Per l'utilizzo dei biglietti si tenga presente quanto segue:

- › È possibile acquistare un unico biglietto regionale anche per un percorso combinato e più lungo con più cambi, ad esempio autobus + treno + funivia del Renon.
- › I passeggeri convalidano il biglietto online direttamente sul proprio smartphone prima di iniziare il viaggio. Lo smartphone con il riquadro verde "viaggio attivo" viene mostrato all'autista dell'autobus o al controllore.
- › I biglietti online validi per più viaggi o anche per più giorni vengono convalidati solo una volta, prima dell'inizio del primo viaggio.
- › È possibile convalidare online il Südtirol Pass o l'Euregio Family Pass tramite l'app südtirolmobil.
- › La stazione ferroviaria di Monguelfo viene raggiunta ogni mezz'ora, da lì è possibile raggiungere la Val Casies e Tesido con gli autobus pubblici.

AVVISO:

Linea ferroviaria Val Pusteria: Progetto Val Pusteria NonStop

Fino a lunedì 26 gennaio 2026, la linea ferroviaria della Val Pusteria sarà soggetta a interruzioni parziali nei seguenti periodi:

- › Fino 13.12.2025
Tratta: Fortezza – Brunico
- › 14.04.2025–02.06.2025
Tratta: Brunico – San Candido
- › 14.12.2025–26.01.2026
Tratta: Fortezza – Rio di Pusteria

Durante tutto il periodo delle interruzioni sarà attivo un servizio di autobus sostitutivo. Si prega di controllare l'orario attuale prima di mettersi in viaggio. Ulteriori dettagli sul progetto di costruzione, sui lavori e sugli orari sono disponibili sul sito.

🔍 www.suedtirolmobil.info



mountain CARD

2025

Adults	Juniors	Kids
>16	8 - 16	<8

3 in 5 Tagen / giorni / days	74 €	52 €	free
-------------------------------------	------	------	------

5 in 7 Tagen / giorni / days	93 €	65 €	free
-------------------------------------	------	------	------

8 im Sommer / estate / summer	140 €	98 €	free
--------------------------------------	-------	------	------

1 Ticket

6

Berge
Montagne
Mountains

-  **3 Zinnen Dolomites**
-  **Kronplatz**
-  **Speikboden**
-  **Klausberg**
-  **Gitschberg Jochtal**
-  **Plose**



MORE INFORMATION
AND ONLINE SHOP



www.mountaincard.it

INVERNO 2025/26



Apertura pista da fondo: inizio dicembre 2025

50 km di paradiso di sci di fondo soleggiato lungo la Val Casies! La Regione Panoramica delle Dolomiti Val Casies-Monguelfo-Tesido è da sempre il numero uno riguardo alla preparazione di piste da fondo. Provate anche Voi piste da fondo preparate con perfezione, ovviamente una sosta ad una delle trattorie tipiche situate direttamente lungo le piste è molto allettante.

Save the date: 42° Gran Fondo Val Casies sabato, 21.02.2026 e domenica, 22.02.2026

Programma delle attività guidate inverno

Il nostro programma vacanze ed attività variato provvede tutto l'anno esperienze indimenticabili durante le Vostre vacanze: escursioni invernali, escursioni con le ciaspole, giornate relax, slittino, sci di fondo, sci e cultura!

Da non perdere anche le settimane sci alpinistiche!

Chi ama lo scialpinismo si sentirà al settimo cielo in Val Casies. Ed effettivamente finirà per sfiorarlo se riesce a conquistare le vette delle montagne coccolate dalla neve. Sostare in silenzio, godersi la santa pace e respirare.

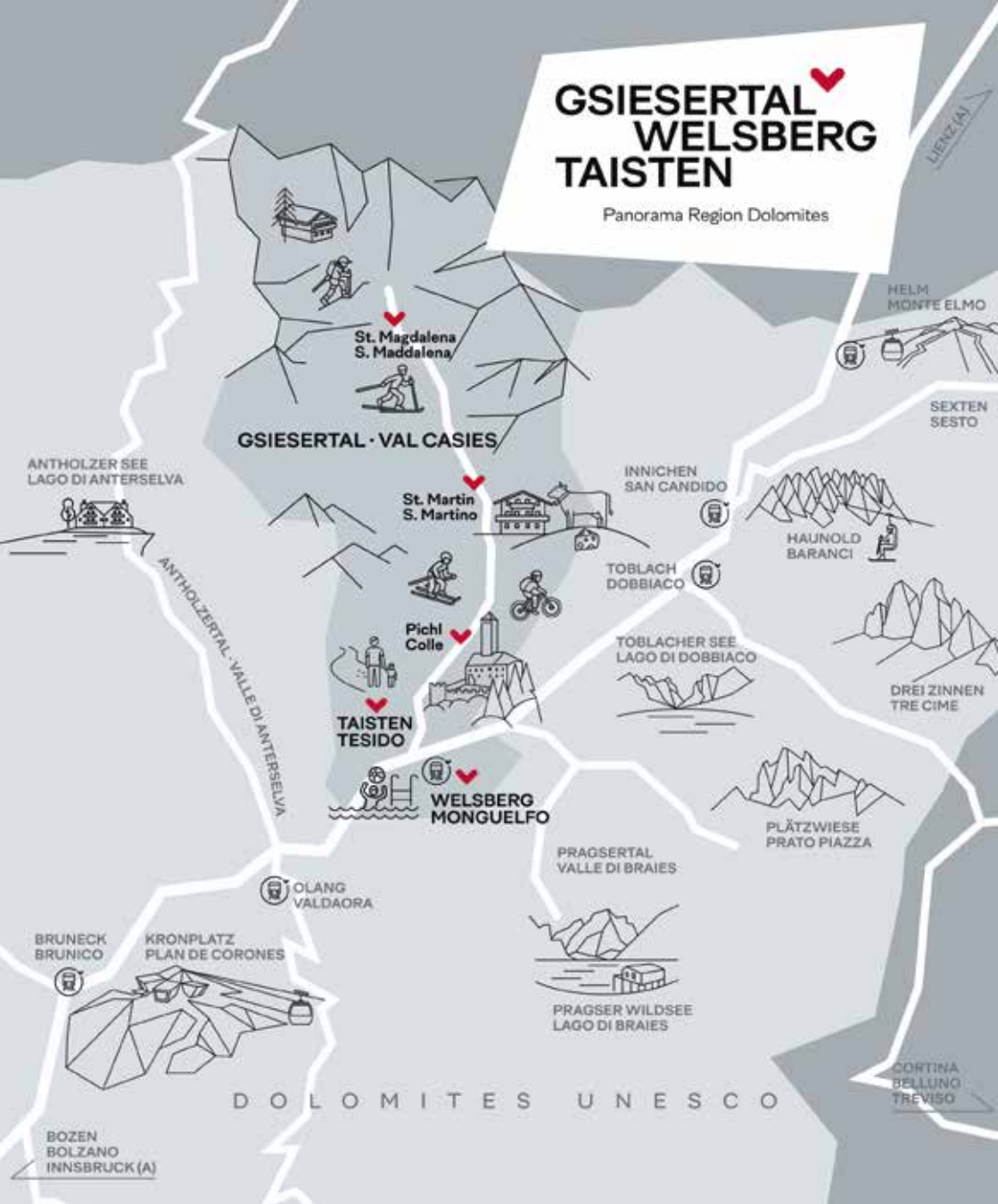
HIGHLIGHT: Giochi Olimpici Invernali di Milano Cortina 2026, Arena Alto Adige Anterselva

Olimpiadi invernali: 06.02.-22.02.2026

Paralimpiadi invernali: 06.03.-15.03.2026

GSIESERTAL WELSBERG TAISTEN

Panorama Region Dolomites



DOLOMITES UNESCO



Guestnet

Un compagno digitale nell'alloggio o nella destinazione di vacanza.
www.gsieser-tal.guest.net