

Naz

Sciaves

Rasa

Fiumes

Aica



**Ben informati**



# Il nostro ufficio

## Società cooperativa Turistica Naz-Sciaves

Naz, Via Oberbrunnnergasse 1

Casa Hansengut

39040 Naz-Sciaves

Alto Adige

tel. 0472 415 020

[info@naz-sciaves.info](mailto:info@naz-sciaves.info)

[www.naz-sciaves.info](http://www.naz-sciaves.info)

### Öffnungszeiten Infobüro:

Sommer:

Mo-Fr: 08.30-12.30/14.30-17.30 | Sa: 08.00-14.00

Winter:

Mo-Fr: 08.30-12.30/14.30-17.00

© Grafica & stampa: Artprint Srl, [www.artprint.bz.it](http://www.artprint.bz.it)  
Foto: Ass. Tur. Naz-Sciaves, Ass. Tur. Gitschberg Jochtal, Valle Isarco Marketing società  
consortile srl/André Pöhlmann/Alex Filz/Vertikale, Ass. Tur. Chiusa, Ass. Tur. Racines,  
Ass. Tur. Val di Funes, Ass. Tur. Rodengo, Forte di Fortezza/Günter Richard Wett,  
Geoparc Bletterbach di Redagno/Aldino, SMG/Frieder Blicke/Stefano Scatà/  
Hans-Peter Leu/Helmuth Rier, Michael Messner, Shutterstock.  
Salvo modifiche



# Un cordiale benvenuto

sull'Altopiano delle Mele di Naz-Sciaves!

La Vostra scelta di trascorrere le vacanze nella nostra zona ci onora molto. Affinché ogni singola giornata delle Vostre ferie possa diventare un giorno memorabile, abbiamo pubblicato per Voi questa brochure informativa.

**Divertimento, relax,  
la scoperta di cose nuove  
e l'avventura della montagna.**

In questa brochure trovate consigli per visite e per escursioni, proposte per gite e una serie di informazioni dalla A alla Z.

Andate alla scoperta delle particolarità del nostro Altopiano delle Mele e fatevi tentare dalle prelibatezze culinarie della cucina altoatesina, tornerete a casa con ricordi indelebili e molte novità sorprendenti!

Vi auguriamo una serena e rilassante vacanza.

*Il team della società cooperativa Turistica  
e gli albergatori  
dell'Altopiano delle Mele di Naz-Sciaves*

Altopiano Naz-Sciaves

# Natura incontaminata



# e ospitalità altoatesina

Soprattutto una cosa caratterizza quest'altopiano situato tra i 730 e gli 890 metri d'altitudine, la **coltivazione delle mele**.

**In primavera il paesaggio viene inondato da un mare di fiori bianchi e nella tarda estate e in autunno le mele mature riflettono la luce del sole.**

I cinque incantevoli paesi dell'area vacanza Naz-Sciaves, **Naz, Sciaves, Rasa, Fumes** e **Aica**, si trovano lontani dalle principali arterie del traffico. Poco più di 3000 abitanti popolano quest'area a mezza costa, caratterizzata da un clima molto mite.



È una zona ideale per rilassanti passeggiate o più impegnative escursioni lungo sentieri, tutti ben segnalati, oppure per godere semplicemente del **panorama alpino** che circonda tutta la zona. Per la sua **posizione centrale**, Naz-Sciaves è inoltre il punto di **partenza ideale per gite in tutto il resto dell'Alto Adige**.

In inverno uno skibus porta gli sciatori nei comprensori sciistici dei dintorni.

Ai piedi dell'Altopiano delle Mele si trova la **città vescovile di Bressanone** con il suo centro storico medioevale, il Palazzo Vescovile, i Portici e i palazzi della borghesia commerciale.

In questa brochure trovate molti suggerimenti per visite in città, ai **musei**, ai **castelli** e alle rocche in Alto Adige, ma anche per passeggiate in montagna o intorno a uno degli idilliaci laghetti dei dintorni e per escursioni nelle Dolomiti, **patrimonio mondiale dell'UNESCO**.

Tutto l'Alto Adige a portata di mano.

Festa della mela



I nostri highlights



# I nostri highlights

## I Festival Reale

Tra la metà di aprile e i primi di maggio, tutto l'Altopiano delle Mele di Naz-Sciaves è immerso in un **mare di fiori**. Per festeggiare questo magico e profumato spettacolo della fioritura, il **1° maggio** si svolge il Festival Reale. La nostra reginetta delle mele, insieme ad altre ambasciatrici di prodotti agricoli regionali dall'Italia e dall'estero, invita tutti quanti a una sostanziosa colazione. In quest'occasione, lungo il percorso denominato "miglio delle regine", si possono ricevere autografi e scattare un foto-ricordo con le belle reginette.

Nelle prime ore del pomeriggio si svolge la grande **sfilata in splendidi costumi**. Accompagnate dalla banda musicale e da danze popolari, le reginette attraversano le vie del paese di Naz in mezzo a una folla di visitatori.

## I "Sunseitein-Feschtl" - Festa sotto le stelle

Divertimento puro sotto il cielo stellato dell'**Altopiano delle Mele di Naz-Sciaves**! Nei mesi estivi si svolge settimanalmente un **mercato serale con intrattenimento musicale**, specialità gastronomiche locali e animazione per i più piccoli.

## I Festa della mela

Estesi campi di meli con succulenti frutti maturi portano in autunno i visitatori sull'Altopiano di Naz-Sciaves. Ogni anno la 2° Domenica in Ottobre tutto, ruota intorno alla mela. Apice dell'ormai tradizionale festa della mela è la **sfilata di una gigantesca corona costruita interamente con mele dei più diversi colori**, alla quale assistono numerosi visitatori. Da non perdere neanche la successiva **incoronazione della "reginetta delle mele"**. Ogni anno è una sorpresa – e un segreto ben custodito fino all'ultimo – scoprire chi diventa la nuova reginetta.





# Da vedere

## a Naz-Sciaves

### Naz

Nel cuore dell'altopiano, a **889 metri**, si trova il paese di Naz con i suoi **750 abitanti**.

Naz è circondato da campi di meli che in primavera si presentano con innumerevoli fiori bianchi e in autunno donano succulenti mele.

### I La chiesa parrocchiale di S. Filippo e S. Giacomo

La chiesa parrocchiale di Naz in stile tardo gotico è stata consacrata in onore di S. Filippo e S. Valpurga nell'anno 1208 dal principe vescovo Corrado. I nomi attuali dei patroni della chiesa fanno pensare ad una ristrutturazione ed una seguente riconsacrazione. Il campanile è stato costruito con quadri di granito. Le statue in legno dell'altare neogotico furono scolpite nel 1470 su influsso del noto scultore Michael Pacher.

### I Busto di Jakob Auer

Nell'anno 1983 è stata eretta in piazza del paese di Naz una fontana con il busto di bronzo raffigurante il fondatore del consorzio di miglioramento fondiario di Naz e dintorni, Jakob Auer detto "Flötscher". Auer fu forza trainante nella costruzione dell'impianto di irrigazione a pressione naturale, che ancora oggi fornisce l'acqua al terreno normalmente secco dell'altopiano.

### I Il museo Rudolf Bacher

Rudolf Bacher è nato il 10 maggio 1903 al maso Flötscherhof a Naz ed era conosciuto come Flötscher-Rudl. Dotato musicalmente e tecnicamente di un versatile talento naturale, lo mise a disposizione della sua comunità di origine. Oltre all'attività di maestro di cappella della banda musicale di Naz, fu anche organista e direttore del coro nella parrocchia di Naz. Ma la sua reale occupazione era l'arte di intagliare il legno. Fino alla sua morte, avvenuta il 7 febbraio 1983, creò centinaia di ope-

re d'arte e oggetti d'uso comune. Anche se questa raccolta non è considerata una pregiata collezione d'arte, è espressione di un'apprezzabile cultura popolare e parte della storia di Naz.

L'artista aveva espresso più volte il desiderio che le sue opere non fossero disseminate ovunque dopo la sua morte, ma collezionate in un museo. Per proibirne la vendita a privati, nel 1985 è intervenuto il comune e, su iniziativa del sindaco Josef March e del vicesindaco Franz Baumgartner, furono acquistati tutti gli esemplari al costo di 20 milioni di lire.

## I L'impianto idrico a pressione naturale

Un cartello nella gola della Rienza informa della costruzione negli anni cinquanta sull'altopiano di Naz dell'impianto idrico a pressione naturale di Luson, lungo 11 chilometri. In seguito a quest'opera pionieristica la vita sull'altopiano di Naz è cambiata completamente. In una regione secca e povera si è sviluppato un fiorente paesaggio dal grande fascino turistico.



## Sciaves

Sciaves, con i suoi **950 abitanti**, si trova a **775 metri d'altitudine** ed è la sede del municipio.

### I La chiesa parrocchiale di S. Margaretha

A Sciaves si trova la chiesa parrocchiale tardo gotico S. Margaretha che è stata consacrata nel 1281, i lavori però sono terminati solo nell'anno 1454. Alla fine del Settecento l'interno ha avuto un rifacimento barocco. Il portale è incorniciato in pietra. Da menzionare è il campanile insolitamente alto e slanciato (72 m). La cappella è addossata sul lato nord della chiesa.

### I La cappella di pellegrinaggio "Urlaubstöckl"

La cappella di pellegrinaggio è situata sul pendio meridionale del Monte Spinga. La semplice costruzione è stata costruita nell'anno 1641 dal curato Georg Stocker. "Urlaubstöckl" ("Urlaub" significa vacanza), deriva dal nome legato ad un quadro all'interno della cappella, su cui è raffigurata la scena del commiato di Gesù da Maria.

## I Cappella del Sacro Cuore

In occasione del 175° anniversario della lotta per la libertà del Tirolo, nell'anno 1984 la compagnia dei tiratori di Sciaves (i cosiddetti "Schützen") costruirono la cappella del Sacro Cuore. La cappella si trova a nordovest di Sciaves, sulla via verso Fumes.



## Rasa

Rasa si trova nella parte meridionale dell'altopiano, a un'altezza di **820 metri**, e ha circa **580 abitanti**. Il paese è circondato da frutteti e confina con la conca di Bressanone e i vitigni di Novacella, dove crescono le uve bianche per i famosi Sylvaner e Müller Thurgau. Rasa è il paese natale della nonna del Papa emerito Benedetto XVI.

### I La chiesa di S. Egidio

La chiesa di S. Egidio è una costruzione tardo gotico ed è stata finita sotto la direzione di Thomas Maurer nel 1532. La costruzione originaria è stata consacrata già nel 1173. L'arredo interno è in stile neogotico e risale al 1880. Sull'altare maggiore si può ammirare una statua che rappresenta S. Egidio, il patrono della chiesa e della coltivazione di vigne. Vicino alla parrocchia si trova la cappella del Santo Sepolcro, costruita in onore del Santo Sepolcro di Cristo. È dotata di figure della Passione di Cristo, scolpite in legno, di un bel crocifisso ed un altare mobile. Nel campanile sono appese due campane, che vengono suonate soprattutto quando è in arrivo un forte temporale.

### I Il monumento dei cacciatori

Il monumento è stato costruito nel 1968 dai cacciatori di Naz-Sciaves e si trova sulla collina "Mesnerbühel".

La scultura è stata ricavata da un vecchio tronco di castagno. L'incisione dice: "Es ist des Jägers Ehrenschild, dass er beschützt und hegt das Wild", vale a dire: „Onorevole è il compito del cacciatore di proteggere e salvaguardare la selvaggina". La colonna rappresenta un cacciatore con una baionetta, un cane e un cervo con la croce nelle corna.



## I Il biotopo Raiermoos (Palù Raier)

Fate una passeggiata sul sentiero natura intorno al biotopo Raiermoos (Palù Raier). Ascoltate il cinguettio degli uccelli ed esplorate lo spazio vitale degli abitanti acquatici. Il biotopo originariamente era un lago alimentato da sorgenti che si formò sulle morene glaciali argillose ca. 12.000 anni fa. Lungo questo lago si collocarono su palafitte i primi insediamenti umani. Nel corso dei secoli il lago, anche in seguito a prelievi d'acqua, si trasformò in una palude che fu dragata nel 1986 per recuperare una parte del lago. Canne, tifi, giunchi e trifoglio fibrino, spuntano dal biotopo che offre un habitat ideale a rane, tritoni, pesci, serpenti e libellule dai mille colori. Numerosi uccelli di passaggio trovano riposo e nutrimento in questa che è la più importante palude conservata nella Val d'Isarco.

Altri biotopi nel comune di Naz-Sciaves: Sommersürs a Fiumes, Zussis e Laugen a Naz.

## Fiumes

Fiumes, paese romantico con circa **280 abitanti**, è la località più piccola del comune di Naz-Sciaves e si trova a **898 metri d'altitudine**. È un avvenente paesino, immerso in un paesaggio affascinante e incontaminato.

## I La chiesa di S. Maddalena

La casa di Dio costruita sulla collina è stata consacrata nel 1281 a Santa Maddalena ed è considerata il luogo di culto più bello dei dintorni. La struttura attuale della chiesa risale però al 1500.



Chiesa di  
S. Maddalena

## Aica

Il piccolo paese di Aica ha circa **500 abitanti** e si trova a **730 metri d'altitudine**, a poca distanza dall'imponente forte di Fortezza.

### I La chiesa di S. Nicolò

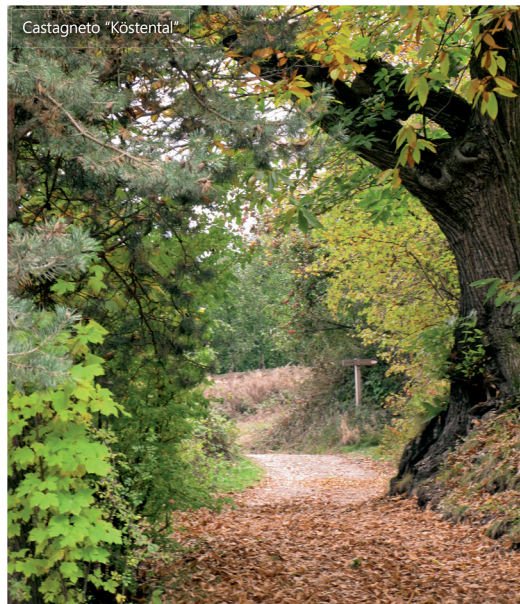
Si dice che la chiesa di San Nicolò fu costruita sopra una piccola cappella nel 1402. I restauri finirono intorno al 1464. Gli affreschi sopra il portale della chiesa, riportati alla luce nel corso dei restauri nell'anno 1985, probabilmente sono da attribuire al conosciuto scultore Michael Pacher. Nella cappella del camposanto sono esposte sculture di legno dipinte nel XVII° e XVIII° secolo. È da attribuire a questo periodo anche il campanile a punta con le quattro campane.

### I Vecchio tiglio - monumento naturale

Vicino alle mura del cimitero, che circondano la chiesa di San Nicolò, cresce un vecchio tiglio. L'albero esalta questo posto idillico, perché la sua altezza è di 22 m, la circonferenza del tronco è di 6,25 m ed il diametro della cima misura 17 m. L'età dell'albero purtroppo non è più definibile, perché il tronco è spezzato, si deduce che abbia alcune centinaia d'anni. È tenuto unito con dei pilastri di ferro.

### I Il castagneto nel "Köstental"

Il castagneto "Köstental" è situato nella parte est di Aica. Gli alberi sono sotto protezione. Nell'epoca medioevale la castagna era un alimento di base ed era chiamato anche "il pane dei poveri". Al giorno d'oggi questo frutto è una rarità pregiata nella cucina sudtirolese.





Carta panoramica Valle Isarco








# Escursioni

## a Naz-Sciaves

**Naz-Sciaves, il giardino delle mele della Valle Isarco**  
L'altopiano non offre solo condizioni ideali per la piantagione delle mele, ma anche per trascorrere una bella vacanza attiva in mezzo alla natura.

Lungo sentieri, tutti ben segnalati, si possono fare delle semplici passeggiate o intraprendere lunghe escursioni, attraversando paesaggi sempre diversi e stimolanti.

### Legenda

-  tempo di percorrenza
-  dislivello
-  lunghezza del percorso
-  adatto alle carrozzine
-  adatto per Nordic Walking

**Cartine escursionistiche e ulteriori consigli per escursioni** si trovano nell'Ufficio informazioni



## I Giro dei paesi

Dal centro di Naz, girando a destra, prendere il sentiero "Giro dei paesi" (Dörferrunde). Attraverso il bosco Fruhnwald si raggiunge il punto panoramico Waldertor. Passando per Fiumes e per il capitello Viummer Kreuz, il sentiero porta, attraverso i boschi, a Sciaves. Dopo aver attraversato il paese si continua girando a sinistra, seguendo l'indicazione "Giro dei paesi". Il sentiero porta, prima attraverso boschi e poi tra i frutteti, fino al laghetto Flötscher. Presso l'albergo Seehof si attraversa la strada e si prosegue per boschi e prati lungo il sentiero che porta a Rasa. Da lì il sentiero porta, passando per i campi vicino al bacino idrico, sulla strada per Naz. Dopo un breve tratto lungo la strada seguire di nuovo, vicino al campo sportivo Laugen, l'indicazione "Giro dei paesi" per tornare al punto di partenza.



ca. 3.30 h



210 m



11 km

## I Una visita del laghetto-biotopo "Sommersürs"

Iniziando dalla casa comunitaria al limite nord del paese di Naz seguiamo la strada per Fiumes per circa 200 m, fino alla deviazione a sinistra. Qui il segnavia n. 1 ci porta al laghetto-biotopo "Sommersürs" (nome di antichissima origine) per la strada campestre. Questo laghetto paludoso con le sue isolette di canneti offre un ideale ambiente di vita per piante acquatiche ed animali in parte rari. Al bivio oltre il laghetto seguiamo il n. 5 a sinistra, la strada campestre ci porta verso ovest fino all'incrocio con la strada principale per Naz. Qui si segue il marciapiede per circa 700 m, presso un crocefisso devia l'itinerario "Wiesenweg" che riporta al punto di partenza.

**In alternativa:** All'incrocio con la strada principale la si può attraversare per seguire il comodo sentiero di bosco che circonda la collina "Mesnerbühel"(30 minuti). Ritornati sulla strada si prosegue come descritto per tornare a Naz, punto di partenza.



ca. 1.30 h



60 m



4 km



## I Da Naz alla città vescovile Bressanone

Da Naz seguite prima il sentiero 1 fino ad Elvas, per poi raggiungere in discesa sul sentiero 1 o 2 la città di Bressanone. Ritorno con l'autobus di linea.

 ca. 1.30 h     330 m     5,5 km

## I Escursione naturalistica da Naz a Bressanone

Partendo dalla chiesa di Naz ci avviamo sulla strada principale in direzione ovest, fino ad un incrocio tra i frutteti, qui seguiamo la strada campestre asfaltata segnata n. 4 e raggiungiamo il paese di Rasa. Oltre l'abitato si segue sempre il n. 4 tra vigneti, con veduta sulla conca di Bressanone



e si scende all'Abbazia di Novacella.

Proseguimento per Bressanone: l'itinerario segnato n. 16 offre una comoda passeggiata in gran parte lungo l'argine orografico sinistro dell'Isarco. In alternativa il segnato n. 16A offre una passeggiata panoramica a mezza costa tra i vigneti per raggiungere Bressanone (45 minuti). Ritorno con l'autobus a Naz.

 ca. 1.30 h     300 m     3,6 km

## I La passeggiata "Waldertor"

Dalla chiesa di Naz ci avviamo in direzione nord sulla strada per Fumes per deviare a destra dopo ca. 150 m seguendo la segn. "Giro dei paesi" (Dörferrunde). Oltre l'abitato ci s'inoltra in direzione nord per campi e bosco, si raggiunge la località "Waldertor", con vista panoramica sul Castello di Rodengo. Qui l'itinerario porta in direzione ovest, prima in discesa poi in salita nel bosco, si raggiunge il paese di Fumes. Al limite ovest dell'abitato si segue il segn. n. 1 che devia a sinistra, in direzione sud per strada campestre si passa dal biotopo "Sommersürs", per raggiungere la strada Naz-Fumes che va seguita per tornare a Naz.

 ca. 1.30 h     160 m     5,5 km

## I Da Naz a Rodengo

Da Naz scendete nella gola della Rienza sul sentiero 4, attraversate il fiume e raggiungete il posto di ristoro Niedersthof. Dopo ca. 800 m in direzione Luson si trova una diramazione che porta a Rodengo. Seguite il sentiero 1, passando per i paesi Spisses e Villa, e arrivate al castello di Rodengo. Proseguite sempre sul sentiero 1 nel bosco scendendo nuovamente nella gola della Rienza, passate il ponte Rundl e ritornate a Naz passando per Fiumes.

 ca. 4.30 h     830 m     13,6 km



## Sciaves

### I Da Sciaves a Rio di Pusteria lungo la gola della Rienza

Partendo dalla chiesa di Sciaves si segue la strada per Fiumes fino al capitello "Viummer Kreuz" per deviare a sinistra, segnava n. 1A in direzione Rodengo. In discesa verso la Rienza si passa da un maso isolato per raggiungere l'antico ponte coperto "Rundlbrücke", che si attraversa per seguire la strada campestre segnava n. 7 in direzione nord lungo la gola della Rienza. Il sentiero tra campi e tratti di bosco passa da tre masi solitari, infine raggiunge la strada principale di Rodengo. Si scende alla diga del lago artificiale per risalire a Rio di Pusteria lungo la strada. Nell'abitato, sul pendio ad ovest del borgo, si segue la strada segnava n. 9A che porta in direzione sud. Si passa dalla chiesetta di pellegrinaggio "Stöcklvater", poi dall'Albergo Putzerhof, oltre il quale si deve attraversare la strada della Pusteria, poi la linea ferroviaria (sottopassaggio). Si prosegue in direzione sud lungo la collina boscosa "Stegerbühel", raggiunto il capitello "Viummer Kreuz" si torna a Sciaves sulla strada già nota.

 ca. 3.30 h     150 m     10,5 km

## I Giro dell'altopiano a partire da Sciaves

Partendo dalla chiesa di Sciaves ci si incammina verso la cappella del Sacro Cuore, che si trova sulla via per Fiumes. Da lì il sentiero 2 svolta sulla destra verso il laghetto Flötscher, poi attraversare la strada seguendo sempre il sentiero 2 andando verso Rasa. All'altezza del maso Moser a Rasa, seguire l'indicazione n. 4 che su una strada asfaltata incorniciata da frutteti porta a Naz. Da Naz portarsi in direzione Fiumes. Poco dopo il paese di Naz seguire l'indicazione verso destra "Giro dei paesi" che porta al punto panoramico Waldertor. Sul sentiero 3 leggermente in discesa e nel bosco, si raggiunge il punto di partenza.

 ca. 3.30 h    300 m    10,5 km

## I Giro Stegerbühel

Dal centro di Sciaves andare in direzione di Fiumes. Girare a sinistra al capitello Viummer Kreuz e seguire verso nord in senso orario l'indicazione "Giro Stegerbühel" (Stegerbühelrunde). Quest'escursione intorno allo Stegerbühel passa per comodi sentieri boschivi e si può godere di una fantastica vista su Castel Rodengo e la gola della Rienza.

 ca. 1 h    90 m    3,4 km   

## Rasa

### I Il sentiero didattico naturalistico al biotopo Raiermoos (Palù Raier)

Seguire dalla chiesa di Rasa il sentiero numero 4 verso est fino al Moser e seguire poi il simbolo del sentiero didattico naturalistico intorno al biotopo Raiermoos (Palù Raier); prendere il sentiero 4 per tornare al punto di partenza. Il sentiero didattico naturalistico gira intorno al biotopo Raiermoos (Palù Raier). Grazie ai cartelli informativi e alle postazioni d'osservazione il visitatore può conoscere l'ambiente di animali e piante non comuni.

 ca. 0.40 h    40 m    2,2 km    

### I Passeggiata a Bressanone attraverso i vigneti

Dalla chiesa di Rasa si cammina lungo la strada fino a Elvas. Qui si svolta a destra e attraverso i campi si raggiunge Bressanone, passando per Kranebitt e Stufles. Tutto il sentiero da Rasa a Bressanone è segnalato con il numero 2. Per il ritorno si può prendere l'autobus.

 ca. 1.15 h    260 m    4,8 km

## Aica

### I Giro del paese

Per questa passeggiata che parte dalla chiesa di Aica, basta seguire l'indicazione "Giro del paese".

 ca. 0.45 h  quasi nulla  
 2,3 km  

### I Da Aica a Spinga

Da Aica seguire il sentiero 7A fino a Spinga. Per il ritorno seguire il sentiero 9, poi sul sentiero 9A passando vicino alla cappella di pellegrinaggio "Urlaubstöckl".

 ca. 3 h  400 m  7,5 km



## I Il "Sentiero delle mele" di Naz-Sciaves

### Una passeggiata per gli amanti della natura

Questo sentiero tematico porta da Naz a Rasa e ritorno, e dà un'ampia visione delle bellezze naturali di questa zona. Attraverso numerosi cartelli informativi si vengono a sapere anche molte cose sulla coltivazione delle mele sull'Altopiano delle Mele di Naz-Sciaves e in generale sulle mele dell'Alto Adige.

Il percorso parte dalla piazza principale di Naz. Per un breve tratto si segue la strada in direzione di Fumes, poi si gira a sinistra e si prende il sentiero che porta al biotopo Sommersürs. Dopo il biotopo si segue l'indicazione "Sentiero delle mele" (Apfelweg) fino al laghetto Flötscher e da lì si continua fino all'incrocio. Attraversare la strada e, seguendo l'indicazione "Sentiero delle mele", proseguire attraverso il Mesnerbühel in direzione di Rasa. Qui si giunge al biotopo Raiermoos (Palù Raier) con il suo affascinante mondo di piante e animali. Da qui il Sentiero delle mele sale, passando per un grande bacino idrico, fino alla strada provinciale per Naz. Si percorre un breve tratto di strada verso sud e poi si svolta a destra. All'incrocio successivo, si svolta a sinistra verso nord e poi subito di nuovo a destra. Percorrendo infine il sentiero "Kreuzweg" si torna al punto di partenza nella piazza di Naz.

Prima del rientro consigliamo una sosta al belvedere Ölberg nei pressi del sentiero "Kreuzweg" per sperimentare i lettini relax che lì si trovano.

 ca. 2.30 h     150 m     7,7 km




## Il nostro consiglio per sportivi

### I Corsa della fioritura

**Itinerario:** dopo un breve giro per il centro di Naz, il percorso prosegue senza notevoli dislivelli verso Fiumes e da lì verso sudovest, passando il "Mesnerbühel" fino a Rasa. Passando vicino al biotopo "Raiermoos" e attraversando il "Mooswald" si raggiunge la strada che porta da Rasa ad Elvas. Seguendo la strada dopo un po' si raggiunge il tratto più ripido del percorso che conduce a Elvas. Da lì l'itinerario sale ancora per un po' fino al bacino dell'acqua per poi proseguire in piano fino a raggiungere il traguardo alla casa delle associazioni di Naz.

**Caratteristica breve:** Percorso di competizione meraviglioso sul nostro altopiano delle mele.

**Sottosuolo:** sentieri acciottolati e nei boschi, strada asfaltata.





 250 m     12,9 km

# Escursioni

in Alto Adige



## Legenda

-  tempo di percorrenza
-  dislivello
-  lunghezza del percorso
-  difficoltà

## Rodengo

### I Dall'Alpe di Rodengo alla Cima Lasta

Da Naz-Sciaves in macchina per Rio di Pusteria si sale a Rodengo fino al parcheggio "Zumis" (1715 m). Si prosegue a piedi sul sentiero numero 4 fino al rifugio Roner (1832 m, 30 min. posto di ristoro), all'inizio in mezzo al bosco e poi per i pascoli. Seguendo il segnavia 2 si attraversa dopo poca salita gli alpeggi e si raggiunge il rifugio Starkenfeld (ca. 1 ora 1936 m, posto di ristoro). Lungo un largo sentiero, si raggiunge la malga Asta poi si prosegue lungo il pendio della cima Lasta e si oltrepassa il crinale orientale, quindi si arriva alla croce in vetta (2194 m, dal rifugio Starkenfeld ca. 1 ora). – discesa come salita.


**Variante:** discesa sul sentiero 11/12 fino al rifugio Kreuzwiese (1925 m), poi su sentiero 2A e poi 2 fino al punto di partenza

-  ca. 5 h (Variante: 5.30 h)
-  479 m
-  16,7 km
-  per camminatori abituati facile e senza problemi

## I Il sentiero della Creazione a Rodengo

Scoprire i momenti chiave della storia della Creazione con straordinarie opere d'arte in mezzo alla natura. Lungo il sentiero Confin sull'Alpe di Rodengo e Luson, partendo dal parcheggio Zumis fino a la cappella "Pianer Kreuz", il nuovo sentiero invita gli osservatori a scoprire 7 opere d'arte che trattano della storia della Creazione. Le opere degli artisti dell'accademia Unika della Val Gardena sono di pietra, acciaio corten e massa di terra e si inseriscono perfettamente nel paesaggio intatto dell'Alpe di Rodengo-Luson

 ca. 2 h     200 m     6,4 km




 per camminatori abituati facile e senza problemi



## Rio di Pusteria / Maranza

### I Ai Laghi Seefeldseen

Da Naz-Sciaves in macchina per Rio di Pusteria si prende la funivia o si percorre la strada che porta a Maranza (1414 m), da qui fino al parcheggio Altfasstal (1560 m; dalla funivia 30 min. a piedi). Si continua sulla strada forestale quasi in piano nel bosco, tenendosi a sinistra ai bivi; poco dopo il ponte sul rio s'incontra la Grossberghütte (1640 m, trattoria). Continuando sulla stradina 14/15, si giunge alla malga Wieserhütte (1850 m, con posto di ristoro) ed infine in salita al lago inferiore (2271 m, 2.30 ore dal parcheggio Altfasstal). Si ritorna sulla via dell'andata.

 ca. 5 h     710 m     15,4 km

 per camminatori abituati facile e senza problemi

## Rio di Pusteria / Valles

### I Rifugio Bressanone

Da Naz-Sciaves in macchina per Rio di Pusteria si risale in macchina tutta la valletta di Valles, fino al parcheggio presso la malga Fane (1739 m, d'estate il transito è consentito solo al mattino e nel tardo



## Valle di Fundres presso Vandoies

### I Da malga a malga

Da Naz-Sciaves in macchina per Rio Pusteria, Vandoies e la Valle di Fundres fino alla località Dun (1550 m). Da qui proseguire a piedi per un tratto lungo il sentiero 17 e svoltare poi a destra sul sentiero 13A. Svoltare poi a sinistra sul sentiero 13, continuare poi sul 18 fino alla malga Egger-Böden con il caseificio d'alta montagna. Proseguire per un tratto dopo la malga, svoltare poi a destra e attraversare il pendio fino al sentiero 13. Proseguire fino all'incrocio con l'Alta Via di Fundres. Un'altra volta un breve tratto a destra in direzione Kuhscharte e poi lungo la nuova strada forestale.




pomeriggio, durante il giorno circolano bus navetta a pagamento). Si segue poi sempre il sentiero 17, attraversando la gola; al bivio si continua sul sentiero 17, e passando da una malga, si arriva al rifugio (2300 m, 1.30–2 ore). Si torna sulla via dell'andata.

#### Eventuali proseguimenti dal Rifugio Bressanone:

alla Wilde Kreuzspitze (Picco Croce 3135 m): sentiero per esperti, 3 ore. Alla Wurmaul-Spitze (3022 m): sentiero per esperti, 2 ore. Al valico Sandjoch (2642 m): 1 ore. Al lago Wilder See (2538 m): sentiero 20 fino alla forcella (2811 m) e ritorno sul sentiero 18 toccando la malga Labiseben, 4 ore.

 ca. 3 h     560 m     8,4 km





 per camminatori abituati facile e senza problemi

**Per l'escursione al Lago Selvaggio (Wilder See)** svoltare a sinistra al bivio dopo la gola rocciosa e prendere il sentiero numero 18 per raggiungere, sempre in leggera salita, malga Labiseben (2138 m; un'ora da malga Fane). Continuare sul sentiero 18, prima leggermente in salita lungo la valle e poi a destra, più ripidamente, su per prati alpini fino al Lago Selvaggio (2538 m); da malga Fane due ore e mezza (in salita e in discesa).

 ca. 4.30 h     799 m     12,7 km

 difficoltà media





Questa porta fino alla malga Gampiel con una vista magnifica sulla Valle di Fudres, l'Alpe di Rodengo e fino al Monte Putia. La discesa segue la strada forestale fino ai masi Egger. Da qui si torna a Dun, prima lungo il sentiero 13 e poi a sinistra lungo l'antica via crucis di Dun (con 14 stazioni) fino al parcheggio.

 ca. 4.30 h     720 m     11,7 km  
 per camminatori abituati facile e senza problemi

## Varna / Spelonca

### I Alla malga Zirmait





Da Naz-Sciaves in macchina per Varna e Spelonca fino al parcheggio presso il maso Gostnerhof (1380 m, ristoro). Proseguire a piedi attraverso il bosco, sempre lungo il sentiero 2, fino a malga Steinwies (1537 m) e poi per il bosco in forte salita, sempre lungo il sentiero 2, fino alla malga Zirmait (1891 m, rifugio). Discesa come la salita. È possibile salire, sempre sul sentiero 2, fino a Punta Quaira (2517 m, 2 ore da malga Zirmait).

 ca. 2.45 h     511 m     6,7 km  
 per camminatori abituati facile e senza problemi

## Bressanone / Tiles

### I Al Lago Rodella

Da Naz-Sciaves in macchina per Bressanone si raggiunge il maso Perlunger poco dopo il paese di Tiles (1380 m). A piedi si segue il sentiero n. 8, in salita tra il bosco con alti pini cembri fino al rifugio Rodella (aperto nei mesi estivi, 2255 m, 2.30 ore). Possibilità di proseguire per raggiungere la cima del "Königanger" (ca. 30 min.). Si ritorna sulla via dell'andata in ca. 2 ore.

 ca. 4-5 h     904 m     10,4 km  
 per camminatori abituati facile e senza problemi



## Bressanone / Plose

### I Traversata in cresta





Da Naz-Sciaves in macchina per Bressanone fino a S. Andrea, da qui si sale con la cabinovia per Val Croce (2000 m). Dal piazzale della cabinovia il sentiero 7 sale verso nord lungo il recinto della pista sciistica, passa sul lato est del Giogo Bello, continua per i prati della pista fino ad una vasta insenatura, risale fino al rifugio Plose (2440 m). Dal rifugio si prosegue fino ad una vasta insellatura, seguendo il segnavia 6/7 si risale verso nordest lungo la cresta, passando vicino agli impianti di risalita e si continua per il crinale che porta al Monte Fana (2540 m). Seguire sempre il segnavia 7 che devia a destra e segue la cresta, un dosso viene aggirato a destra, dalla seguente insellatura si sale per la breve cresta in parte rocciosa fino al piano alpestre in cima al Gabler (2576 m). Da qui vista impressionante sulle vicine Dolomiti, con aria limpida la vista si estende sulla zona tra Adamello e Grossglockner. In discesa si segue il costone verso sud fino ad una strada alpestre, seguendo quest'ultima in direzione ovest si torna a Valcroce, punto di partenza.

 ca. 4.30 h     680 m     11,5 km  
 media difficoltà

## Bressanone / Passo delle Erbe

### I Escursione al Monte Muro





In macchina da Naz fino a S Andrea (sopra Bressanone) e da Aferertal al Passo delle Erbe. Dal parcheggio „Pre de Börz“ (1870 m) al Passo delle Erbe sopra Untermoi, seguire le indicazioni (num. 1) su una strada forestale larga attraverso un bosco di pini fino al rifugio Monte Muro (2130 m). Dal rifugio il sentiero passa attraverso prati fino al Alfreider Joch (2280 m), con una splendida vista sulle montagne circostanti come la Plose, le Odle, il Sasso Putia, il gruppo Fanes e sulle Alpi dello Stubai e del Zillertal. Il percorso ci porta alla croce in vetta al Monte Muro (2.330 m) con una vista sulle montagne di Fundres, e sulle malghe di Luson e Rodengo. Ritorno sullo stesso sentiero.

 ca. 3.30 h     490 m     10 km  
 per camminatori abituati facile e senza problemi

## Luson

### I Escursione sull'Alpe di Luson

Da Naz-Sciaves si arriva in macchina a Bressanone e poi a Luson / Flitt, fino al parcheggio Schwaigerböden (1730 m). Da qui si prosegue a piedi, lungo il sentiero numero 2, attraverso i boschi fino all'altezza degli alpeggi. Da lì lungo la strada forestale verso est, per svoltare poi a sinistra e prendere il sentiero 2A che porta al rifugio Kreuzwiesen (1909 m) con annesso caseificio e una straordinaria vista panoramica sul Sass de Putia, la Plose e le Alpi Sarentine. La discesa lungo lo stesso percorso.





 ca. 1.45 h    179 m    4,7 km  
 per camminatori abituati facile e senza problemi

## Villandro

### I Lago "Totensee" sulle alpi di Villandro

Da Naz-Sciaves si arriva in macchina a Bressanone e poi a Villandro fino alla trattoria Gasserhütte (1744 m, strada da Chiusa attraverso Villandro). Si segue il sentiero 6 (indicazione Totenkirchl), che porta in breve alla trattoria "Mair-in-Plun". Si continua sul sentiero 6 che, toccando la malga Pfroder-Alm, porta in salita alla chiesetta Totenkirchl (2186 m). Da qui si svolta a sinistra sul sen-

tiero T, raggiungendo in piano in 10 minuti il lago (2208 m, 1.30 ore). Ritorno: si continua sul T, superando la cresta di un costone (2350 m); poi si svolta a sinistra, scendendo sulla dorsale erbosa ad un'edicola, ove si prosegue sul sentiero 1. Alla sella Gasteiger Sattel (2057 m) si gira a sinistra (verso est) sul sentiero 7 che riporta al punto di partenza.





 ca. 3.30 h    600 m    12,8 km  
 per camminatori abituati facile e senza problemi

## Valle Isarco

### I "Keschnweg": il Sentiero delle Castagne

Un'unica fascia di castagneti ricopre i pendii della Valle Isarco da Varna presso Bressanone fino all'altopiano del Renon e giù fino al Castel Roncolo, poco a nord di Bolzano. Un percorso pensato non solo per la stagione autunnale, poiché la vegetazione è talmente varia da affascinare in qualsiasi stagione. Il Keschnweg è percorribile anche in singoli tratti, per esempio: Partendo da Velturmo / Unterwirt, e seguendo il sentiero, arriviamo alla chiesetta di S. Antonio. Da qui si continua diritto verso il maso Radoar per svoltare poi a destra e risalire leggermente oltre un campo in direzione della strada d'accesso ai masi. Sul sentiero proseguiamo la nostra escursione attraverso il bosco

di larici ed i pendii erbosi fino al maso Moar zu Viersch (863 m, 50 min.) Da qui si prosegue sul sentiero accanto ad alcuni masi, per scendere, a mò di tornanti, fino al Convento di Sabiona (740 m). Dal Convento di Sabiona scendiamo su uno dei due sentieri (Pilgerweg - "via del pellegrino", con segnaletica oppure, tramite la passeggiata del Convento di Sabiona) verso la città di Chiusa. Con l'autobus di linea ritorniamo a Velturno.

 ca. 2.30 h  ↑ 136 m  ↓ 428 m  6,2 km

 per camminatori abituati facile e senza problemi



## Val di Funes / Zannes

### I Escursione ai piedi delle maestose Odle

Dal parcheggio malga Zannes (1680 m) si segue il Sentiero del Fieno n. 6 fino al bivio Ciancenon / sentiero Adolf Munkel. Arrivati al ponte Ciancenon seguire a destra il sentiero 35 sul sentiero Adolf Munkel. Proseguire passando sotto le maestose Odle fino alla diramazione 35B verso Il malga Geisler (1996 m). Per il ritorno seguire il sentiero 36 passando dalla malga Dusler ed arrivare al punto di partenza.

 ca. 3.30 h  320 m  9 km

 ideale anche per famiglie

### I Sentiero Naturalistico anche per disabili

Vivere la natura: nella Val di Funes a Zannes è percorribile un nuovo sentiero naturalistico, lungo 3 km. Ideale per famiglie con bambini, anziani, persone disabili e per persone su sedia a rotelle. I 14 punti di sosta sono dotati di tabelle che informano sulla genesi e sulle peculiarità naturalistiche, dati e cifre sul Parco Naturale Puez-Odle. Ideale per famiglie con bambini, anziani, persone disabili e per persone su sedia a rotelle.


## Lazfons

### I Rifugio Chiusa e Santa Croce di Lazfons (il santuario più alto d'Europa)

Da Lazfons (strada da Chiusa attraverso Velturmo) in macchina al parcheggio Kühhof (1560 m). Sul sentiero 1/17 si giunge al rifugio Chiusa (1919 m, gestito, 1.30 ore) e si prosegue sul 17 oltrepassando il fiumiciattolo e risalendo il versante pietroso fino alla chiesa ed al rifugio (2311 m, aperto d'estate, 1 ora dal primo rifugio). Si torna sulla via dell'andata.

Eventuali ascensioni e proseguimenti:  
alla Cima S. Cassiano (2581 m) sentiero, 1.  
Alta via al rifugio Corno del Renon (2259 m) con discesa a Collalbo sul Renon: sentiero 1; 7 ore

 ca. 4-5 h    750 m    12 km

 per camminatori abituati facile e senza problemi



Santa Croce  
di Lazfons

Cartina d'orientamento Valle Isarco

## Barbiano

### I Alle Cascate di Barbiano

Partendo dal centro di Barbiano (strada da Chiusa o Ponte Gardena), dalla Casa Urban si segue la segnaletica "Wasserfallweg" fino alla fine della strada asfaltata, a sinistra si prosegue fino al tornante, si passa il Judhof e si giunge alla prima cascata di Barbiano. Volendo si può proseguire fino alla cascata superiore (attenzione scarpe adeguate!), al bivio si gira a destra e si passano i masi Stich-Flatsch, Mantinger, la segheria e si ritorna a Barbiano.

 ca. 4 h    560 m    8,6 km

 sentiero turistico difficile

## Ridanna / Masseria

### I Attraverso la Burkhardklamm alla malga Aglsboden

Da Naz-Sciaves si arriva in macchina a Vipiteno e poi a Masseria in Val Ridanna. Dal Museo delle miniere a Masseria si prende prima il sentiero numero 9 e poi quello numero 8 con l'indicazione per la gola Burkhardklamm. Lungo un'affascinante

percorso costruito in legno si raggiunge una piattaforma che permette una vista panoramica sulle montagne della Val Ridanna, ma anche dentro i misteri di quest'impressionante gola. Alla fine del percorso si prosegue lungo il sentiero numero 9 fino alla malga Aglsboden (con rifugio). Discesa come la salita. Possibilità di continuare per i rifugi Vedretta Piana, Vedretta Pendente e il rifugio Bicchiere.





 ca. 2.45 h     300 m     6,8 km  
 facile

## Vipiteno / Monte Cavallo

### I Escursione per tutta la famiglia sul Monte Cavallo

Seguire le indicazioni da Naz a Vipiteno fino alla funivia di Monte Cavallo e salire con questa a monte (1860 m). A piedi seguire il sentiero num. 19 verso nord per il biotopo Kastellacke (1930 m). Sul segnavia 19A leggermente in discesa seguire per le malghe Valmigna. Dalle malghe Valmigna (1814 m, con ristoro) proseguire per il segnavia 34A al di sopra della malga Sterzingerhaus. Tenere la destra sul segnavia num. 24 passando per la Sternhütte (2.030 m) fino al punto di partenza.

Escursione divertente soprattutto per i bambini che incontreranno un piccolo zoo vicino alla stazione a monte.

 ca. 2.00 h     270 m     5,3 km  
 per camminatori abituati facile e senza problemi

## Stanghe / Racines

### I Cascate di Stanghe Gilfenklamm

L'orrido Gilfenklamm, all'entrata della Valle di Racines, è uno spettacolo naturale: costituito da una gola dove l'acqua scroscia lungo pareti di marmo bianchissimo e scorre quindi fuori della valle. Aperta da inizio maggio a fine ottobre - a pagamento.

 ca. 1 h     175 m     facile



## Terento

### I Al Lago di Pausa

In macchina da Vandoies a Terento fino al parcheggio nella Valle del Rio Vena (1425 m). Si segue il segnavia n. 23 in salita fino alla malga Astner Bergalm (1630 m) e si prosegue sul sentiero 23 che sale ripido sui pascoli al Lago di Pausa (Tief-rastensee, 2312 m) e al rifugio adiacente (2.30 ore) Si torna sulla via dell'andata. (ca. 2 ore).

Possibili escursioni dal lago:  
cima di Terento (2738 m), ca. 2 ore

 ca. 4.30 h     887 m     10 km  
 media

## Val Gardena / Passo Sella

### I Giro del Sassolungo

Si parte dal Passo Sella con la bidonvia o a piedi percorrendo il sentiero n. 525 che, in un'ora circa, porta al rif. Demetz. Con la telecabina raggiungiamo la Forcella del Sassolungo (2681 m). Proseguiamo poi oltre il rif. Toni Demetz lungo il sentiero n. 525 che si presenta sassoso e roccioso, fino al rifugio

Vicenza (2253 m). Da qui possiamo ammirare il Dentersasc che sovrasta il rifugio. Ci portiamo quindi verso il versante destro e da lì proseguiamo finché non incontriamo un bivio: svoltiamo a destra in discesa verso il sentiero 526 e ci troviamo sotto le pareti del Sassolungo, poi verso nord su un percorso che diventa pianeggiante e quindi continuiamo in salita fino alla Sella del Col Ciaulong (2123 m). Continuiamo l'escursione sul sentiero n. 526A in salita lungo le pareti lato nord e da qui verso est per arrivare al rifugio Comici (2153 m). Da qui, lungo il sentiero 526 e 528, costeggiamo la parete sul lato est del Sassolungo, continuiamo verso sud, attraversiamo la "Città dei Sassi" per arrivare al rifugio Passo Sella, da dove siamo partiti.

 ca. 4 h     660 m     10 km  
 media



# Bicicletta e Mountain Bike



Tutt'intorno a Naz-Sciaves troverete una fitta rete di piste ciclabili. L'Altopiano delle Mele si trova esattamente all'incrocio tra le **piste ciclabili della Valle Isarco e della Val Pusteria**, e pertanto è un **ottimo punto di partenza per intraprendere lunghe pedalate**. Lungo le piste ci sono diverse possibilità di noleggiare le bici, ed è possibile anche percorrere dei tratti in treno.

La **pista ciclabile della Valle Isarco** offre un **percorso molto bello e vario**, poco impegnativo e adatto a tutta la famiglia. Inizia al passo del Brennero e, passando da Vipiteno, Bressanone e Chiusa porta fino a Bolzano.

Dolci colline e freschi boschi fanno da cornice alla pista ciclabile, che è dotata di un'ottima segnaletica. Luoghi e monumenti storici invitano i ciclisti a sostare per un attimo. Non c'è bisogno di pedalare i 102 km tutti in una volta, è possibile percorrere la ciclabile anche a tratti.

La **pista ciclabile della Val Pusteria** invece inizia

a Rio di Pusteria, percorre in 105 km tutta la Val Pusteria fino a Lienz, in Austria. La ciclabile completamente asfaltata è agibile anche a ciclisti non molto esperti e a famiglie.

Partite con la **mountain bike** da Naz-Sciaves in ogni direzione: **percorsi di diversi gradi di difficoltà** Vi aspettano, e Vi portano in mezza montagna, su soleggiate malghe o su passi in alta montagna.

## Legenda



durata



dislivello



lunghezza del percorso

---



**Cartine geografiche e ulteriori consigli per escursioni** si possono trovare all'ufficio informazioni

## Tour in bicicletta a Sciaves

Il tour in bicicletta a Sciaves è uno dei modi migliori per conoscere da vicino tutto l'Altopiano delle Mele di Naz-Sciaves.

Da Sciaves si parte verso sud e, passando per Förche, si arriva a Rasa. In paese si gira poi a sinistra, si passa per la chiesa e si prosegue in mezzo ai frutteti, lungo la strada segnalata con il numero 4, fino al centro di Naz. Alla chiesa si gira a sinistra e si continua fino alla località di Fumes. Da qui, passando per boschi di pini, si raggiunge il capitelletto Viummer Kreuz e sul sentiero numero 1A si prosegue fino al ponte Rundlbrücke nella gola di Rienza. Sulla roccia di fronte si trova l'imponente Castello di Rodengo.

Dal ponte si prosegue sulla strada numero 7, prima molto, poi moderatamente in salita, fino a Rio Pusteria. Si consiglia di fare una piccola deviazione e arrivare almeno fino alla vecchia dogana medioevale. Tornati a Rio Pusteria si passa per il paese e si prosegue fino ad Aica e da lì al forte di Fortezza. Da qui si torna a Sciaves sulla ciclabile di Aica. Si attraversa la statale della Pusteria e in pochi minuti si è di nuovo al punto di partenza.

 ca. 2 h     620 m     27 km

## Tour in Mountain Bike al rifugio Anratter

Da Naz (889 m) lungo il sentiero 1 al biotopo Sommersürs, poi a sinistra sul sentiero 5 si passa all'Hotel Flötscherhof e si scende a Sciaves fino all'albergo Sonneck (chiuso). Da qui a destra lungo il sentiero numero 9, poi a sinistra fino alla cappella Urlaubstöckl. Da qui lungo la strada di montagna fino a Spinga (1100 m) e all'incrocio, in direzione del rifugio Anratter, verso il parcheggio e la grande croce (1357 m). Da qui si prosegue lungo la strada sterrata numero 9 fino al rifugio Anratter (1814 m).

Per il ritorno prendere prima la stessa strada dell'andata e deviare, dopo un chilometro, a sinistra in direzione di Valles. Al primo incrocio deviare a destra e seguire la strada sterrata lungo la Valle di Valles. Dopo circa due chilometri in direzione di Rio Pusteria, deviare a sinistra e raggiungere Rio Pusteria lungo la strada vecchia (segnalata in rosso e bianco) lungo il Rio Valles. Sulla ciclabile si torna poi a Sciaves e da lì a Naz.

 ca. 4 h     1310 m     35 km



Centro Visita  
Puez-Odle



Centro Visita  
Puez-Odle

# Parchi naturali

in Alto Adige

**I parchi naturali dell'Alto Adige sono delle aree protette, che uniscono in maniera straordinaria natura e paesaggio.**

In sintesi con la natura ... Nei Centri Visita dei parchi vengono raccontate le particolarità geologiche, le piante e gli animali della zona. Ci si cura anche di esporre i modi per un rapporto responsabile con la natura. I centri sono adatti anche a visite con bambini.

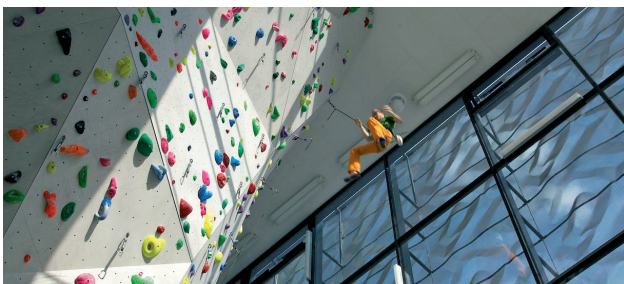
## **Parchi naturali in Alto Adige**

Puez-Odle, Sciliar-Catinaccio, Vedrette di Ries-Aurina, Fanes-Senes-Braies, Monte Corno, Gruppo di Tessa, Tre Cime e il Parco Nazionale dello Stelvio

## **Centro Visita Puez-Odle**

S. Maddalena, Val di Funes

[www.provincia.bz.it/parchi-naturali](http://www.provincia.bz.it/parchi-naturali)



# Parchi ad'alta fune

nei dintorni

**La visita di uno dei parchi ad'alta fune dell'Alto Adige vuol dire adrenalina pura.**

Arrampicarsi sulle funi, tenersi in equilibrio su ponti traballanti, aggrapparsi alle reti e molte altre abilità fanno parte di un percorso ad alta fune, che viene proposto al visitatore con differenti difficoltà e altezze dal terreno. Una visita a un parco ad'alta fune vuol dire tensione e divertimento in mezzo al bosco, vuol dire scoprire il proprio coraggio e i propri limiti.

**Prospetti** dei parchi e percorsi ad'alta fune si possono trovare all'Ufficio informazioni.

# Palestra d'arrampicata

**La moderna palestra d'arrampicata di Bressanone si chiama Vertikale.**

Amatori, dilettanti e professionisti trovano qui una serie di percorsi e Boulder con qualsiasi tipo di difficoltà. Un apposito team modifica i percorsi e le difficoltà, proponendo così sempre nuove sfide.

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

# Da vedere

in Valle Isarco

## Bressanone

### I La città più antica dell'Alto Adige

Immergetevi nel fascino del centro carico di storia della città di Bressanone. La città vecchia, zona pedonale, con i suoi vicoli pittoreschi, le particolari facciate dei palazzi e i portici con i molti negozi e gli accoglienti locali attende di essere scoperta.

### I Duomo e Chiostro

La prima costruzione in stile ottoniano risale al X° secolo con rifacimenti in stile romanico intorno al 1200 dopo due furiosi incendi. Nuova costruzione barocca dal 1745 al 1754, affreschi di Paul Troger, (grande affresco di ca. 200 m<sup>2</sup> al centro della navata raffigurante l'Adorazione dell'Agnello), altare maggiore di Theodor Benedetti; sontuosi interni con 33 diversi tipi di marmo pregiato. Madonna tardo-gotica di Hans Lienberger; organo con 3335 canne e 48 registri. Prodomo costruito da Jakob Pirchstaller nel 1783 in stile neoclassico. Il chiostro del

duomo è il gioiello di Bressanone: Monumento artistico di eccezionale importanza, costruito nel X° secolo. Le arcate sono ornate da affreschi del XIV° e XV° secolo che rappresentano scene.

### I Museo Diocesano e Museo dei Presepi

Il Museo Diocesano, fondato nel 1901, si trova nel Palazzo Vescovile di Bressanone ed è diviso nelle seguenti sezioni: arte sacra dal medioevo all'epoca moderna (35 sale), appartamento imperiale con quadri, mobili e porcellane (7 sale), appartamento vescovile con la storia del principato (10 sale), cancelleria ecclesiastica con la storia della diocesi (8 sale), cancelleria con stemmi e sigilli (2 sale), tesoro del duomo, presepi e storia della redenzione.

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



### I Museo della Farmacia

Gli oggetti, gli strumenti, i farmaci, i vasi e le confezioni esposti nel Museo della Farmacia provengono dall'uso quotidiano e documentano in modo completo oltre quattrocento anni di storia della farmacia. Mostre temporanee molto interessanti.

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



Bressanone



Da vedere in Valle Isarco

## I Torre Bianca

La torre gotica della parrocchia S. Michele alta 72 m è il simbolo della città. È chiamata Torre Bianca per via del colore del suo tetto. La forma attuale risale al 1459. Nel sottotetto, dietro ai quattro bovindi, fino alla Seconda Guerra Mondiale si trovava l'alloggio del custode notturno della città.



## Novacella

### I Abbazia di Novacella - pinacoteca e biblioteca

Convento dei frati agostiniani con chiesa di stile tardo-barocco, il chiostro gotico, la pinacoteca, il pozzo dei miracoli e la biblioteca con tavole in legno medioevali con il suo prezioso arredamento in stile rococò. La biblioteca è del 1775 con arredi rococò di notevole bellezza ed in cui sono esposti manoscritti medioevali. La chiesa conventuale è romanica.

[www.kloster-neustift.it](http://www.kloster-neustift.it)

## Fortezza

### I Il forte asburgico

Costruito dall'Imperatore austriaco Francesco I, il forte di Fortezza era considerato un tempo la più imponente fortezza d'Europa. La grande costruzione difensiva non è però mai stata coinvolta in azioni belligeranti. Ancora oggi la fortezza, costruita con grandi quadroni di granito, domina il paesaggio. Una delle caratteristiche più interes-

santi della fortezza è la lunga galleria sotterranea che, con 457 gradini, supera un dislivello di quasi 100 metri. In questi ultimi anni il forte è stato restaurato e il restauro ha ricevuto diversi premi. Oggi il forte serve per l'allestimento di mostre e l'organizzazione di eventi.

[www.festung-franzensfeste.it](http://www.festung-franzensfeste.it)

## Rodengo

### I Castel Rodengo

Il castello fu eretto nel 1140 dai signori di Rodank e ampliato nel 16° secolo dai conti Wolkenstein-Rodenegg, diventando uno dei castelli più potenti di tutta la regione. Capostipite della linea Wolkenstein-Rodenegg fu il poeta trovatore Oswald von Wolkenstein. Il castello è ancora oggi di proprietà dei suoi discendenti. Particolarmente interessante è il ciclo di affreschi, databile intorno al 1200, con 11 scene della leggenda di Ywain, poema epico cavalleresco di Hartmann von Aue. È assolutamente sorprendente che affreschi tanto profani siano stati accettati dalla autorità religiose del tempo.

Da vedere in Valle Isarco

## Velturmo

### I Castel Velturmo e il Museo della cultura contadina

Il castello, un tempo residenza estiva dei principi vescovi di Bressanone, è un gioiello dell'architettura rinascimentale. All'esterno sono le imponenti mura merlate, all'interno la cura dei dettagli a testimoniare l'antica ricchezza: gli affreschi di grande valore sulle facciate, l'imponente sala con finissimi intarsi, il grande soffitto a cassettoni e i chiavistelli delle porte finemente lavorati. La cancelleria del castello ospita il Museo della cultura contadina con una raccolta di manufatti ed utensili ad uso agricolo ed artigianale.

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





## Tiso

### I Museo mineralogico

La collezione mineralogica presenta circa 200 geodi di Tiso, cristalli di rocca ed altri minerali della zona alpina, raccolti da Paul Fischnaller, un appassionato collezionista di minerali, in decenni di paziente lavoro d'estrazione. Come introduzione alla tematica viene presentato un video sulla genesi dei minerali.

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



## Ponte Gardena

### I Castel Forte

Castel Forte fu eretto nel 12° secolo e nel 17° secolo è stato ampliato diventando forte difensivo. Qui è cresciuto il poeta trovatore tardomedievale Oswald von Wolkenstein.

La mostra permanente "Castelli – Edifici della storia" con l'ausilio di oltre 80 plastici, presenta uno sguardo sullo sviluppo dell'arte fortificatoria in Alto Adige.

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



## Castelrotto

### I Museo della scuola Tagusa

Nella piccola località di Tagusa esisteva una scuola elementare, dall'introduzione dell'obbligo scolastico nel 18° secolo. La piccola scuola, che negli anni '50 raggiunge il suo apice con 46 bambini, è stata chiusa nel 1993. La piccola ma ricca collezione non risveglia solo sentimenti nostalgici, ma è anche di grande interesse per esperti di storia della scuola e dell'educazione.



## Villandro

### I La miniera d'argento

Nella ben restaurata Galleria Elisabeth si può rivivere il passato sulla propria pelle. Scoprite il labirinto di gallerie nel quale ogni singola pietra racconta delle fatiche della vita dei minatori. L'intero percorso si sviluppa su 16,5 chilometri. Fino al 1943 venivano estratti soprattutto piombo (galena), rame, pirite e solfuro di ferro, blenda e argento. Su 750 m di dislivello nel corso dei secoli sono state scavate ben 16 gallerie per un totale di 16,5 km, di cui due terzi sono scavati a mano e un terzo con l'impiego di esplosivi.

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

## Campo di Trens

### I Castel Tasso

Castel Tasso è una costruzione ben conservata e di grande valore storico-artistico con annessa la chiesetta di S. Zeno. All'interno si possono visitare ben 10 locali in perfetto stato di conservazione, tra i quali una grande cucina duecentesca con un

camino aperto, la vecchia torre d'abitazione, una prigione oscura profonda 5 metri, la famosa e preziosa sala verde con un'inferriata unica nel suo genere e molto altro.



## Ridanna / Masseria

### I Museo Provinciale delle Miniere Ridanna-Monteneve con galleria

Non state visitando un museo, ma Vi immergete completamente nel mondo delle miniere di un tempo. Potete sentire sulla Vostra pelle la fatica dei minatori nell'estrarre il minerale da sotto terra. Gli impianti originali sono ancora in perfette condizioni e possono essere attivati in qualsiasi momento.

[www.ridnaun-schneeberg.it](http://www.ridnaun-schneeberg.it)



#### Legenda



interessante per bambini



accessibili ai disabili

I Giardini di  
Castel Trauttmansdorff

# Gite giornaliere

in Alto Adige

## Bolzano

### I Museo Archeologico

Inaugurato nel 1998, oltre ad ospitare la celebre Mummia del Similaun nella rassegna permanente "L'Uomo venuto dal ghiaccio", il museo archeologico documenta le epoche più remote dalla preistoria alla fine dell'Era Glaciale (15.000 a. C.), all'epoca carolingia (800 d. C.). "L'Uomo venuto dal ghiaccio", conosciuto anche come "Ötzi", costituisce il punto focale dell'esposizione.

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

### I Museo di Scienze Naturali dell'Alto Adige

Il Museo di scienze naturali a Bolzano è l'unico museo naturalistico provinciale ed è centro di raccolta e documentazione degli elementi naturalistici dell'Alto Adige. Nelle sale della sua esposizione permanente, il museo offre l'opportunità di conoscere da vicino storia, biologia e cultura di

una delle più variegata regioni e la nascita e la conformazione del paesaggio montano e vallivo unici di questa provincia dalla grande varietà di ambienti naturali. Interessanti mostre temporanee e azioni particolari per bambini.

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

**Il nostro consiglio:** in pochi minuti, con la più antica funivia del mondo per passeggeri, da Bolzano si può raggiungere la montagna panoramica di Colle (Kohlern).

## Merano

### I Giardini di Castel Trauttmansdorff

I giardini forse più belli d'Italia presentano paesaggi mediterranei ed esotici. Si possono trovare stagni, passeggiate, padiglioni e un'infinità di piante e fiori da tutto il mondo. In mezzo al giardino troneggia Castel Trauttmansdorff. Qui soggiornò la famosa imperatrice Sissi, quando si trovava a Merano per le cure. Oggi nel castello si trova il Touriseum, il Museo Provinciale del Turismo che racconta in maniera coinvolgente la storia del turismo nell'arco alpino.

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

**Il nostro consiglio:** dimostrazioni di volo di rapaci nel Centro Recupero Avifauna a Castel Tirolo  
[www.gufyland.com](http://www.gufyland.com)

## Val Pusteria / Valle Aurina

### I La Miniera di Predoi e Castel Tures

#### Predoi: il Museo delle miniere

Una ferrovia di miniera porta i visitatori per 1100 metri dentro la galleria maestra di S. Ignazio. Vestiti con mantelli gialli e con il casco in testa, si parte per un viaggio avventuroso nella storia della miniera e dell'estrazione del rame a Predoi. Visite di tutta la struttura con guide esperte fanno parte del viaggio nel mondo dell'estrazione dei minerali. Nella galleria è stata allestita anche una stazione climatica per la terapia dell'asma.

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

#### Campo Tures: Castel Tures

Questa imponente rocca medioevale in Valle Aurina è considerata uno dei più bei castelli di tutto il Tirolo. Il particolare carattere abitativo di Castel Tures, già rocca dinastiale dell'omonima schiatta baronale, affascina tutti i visitatori. Il fascino dell'armeria coinvolge soprattutto i più piccoli, gli amanti dell'arte si fanno rapire piuttosto dagli affreschi di Pacher, mentre i roman-

tici dall'atmosfera medioevale che il castello trasuda.  
[www.burgeninstitut.com](http://www.burgeninstitut.com)

**Il nostro consiglio:** passeggiata alle cascate di Riva appena sopra Campo Tures.

## Brunico/Plan de Corones

### I Museo LUMEN

Il fascino per le montagne è da sempre inviolato. Grazie a Lumen, questo fascino trova una dimora fotografica: i 1800 metri quadrato stabiliti sulla cima del Plan de Corones (in Alto Adige) sono interamente dedicati alla fotografia delle montagne. Lumen mette in scena su quattro piani la storia della fotografia alpina dalle sue origini fino ad oggi, oltre a opere di fotografi alpini di tutto il mondo.

## Renon

### I Con la funivia alle Piramidi di terra

Si può raggiungere Bolzano sia con i mezzi pubblici che con la macchina.

#### La funivia del Renon

La funivia porta in soli 12 minuti da Bolzano a

Soprabolzano. Le grandi cabine offrono spazio per 35 persone, oltre a biciclette e passeggini. Arrivati a Soprabolzano, i passeggeri vengono accolti dall'ultimo trenino a scartamento ridotto ancora funzionante in Alto Adige. Questo trenino passa per tutto l'altopiano fino a Collalbo. Questo percorso di 7 chilometri può essere combinato con una bellissima passeggiata.

#### Le Piramidi di terra del Renon

Ad Auna di Sotto, Soprabolzano e Collalbo si trovano le più belle e le più alte piramidi di terra d'Europa. Possono raggiungere anche altezze di 30 metri. Cade il masso in cima alla piramide, i pinnacoli di terra sono esposti all'acqua e dopo ogni pioggia le colonne diminuiscono. Ma, là dove una piramide muore, un'altra sta immediatamente per nascere.

**Il nostro consiglio:** il Sentiero delle piramidi. Punto di partenza è la stazione di Collalbo, il sen-



tierno porta il numero 24 ed è lungo 3,5 chilometri. Dislivello: 70 m; tempo di percorrenza: ca. 45 min.; adatto alle carrozzine.

## Val Pusteria / Villabassa / Dobbiaco

### I Lago di Braies e Lago di Anterselva

#### Lago di Braies

Il pittoresco Lago di Braies con le sue acque dal colore blu intenso è un vero gioiello tra i laghi alpini. Un bel sentiero panoramico porta intorno al lago e d'estate si può fare anche un giro in barca. Da Braies molte belle escursioni portano nel Parco naturale dolomitico di Fanes-Senes-Braies.

#### Giro del lago

Percorso 4 km, le salite da affrontare sul percorso sono quasi sempre provviste di gradini, tempo di percorrenza circa 1 h

#### Lago di Anterselva

Un percorso didattico circonda il Lago di Anterselva dalle acque di un verde intenso. Numerosi cartelli informano sulle specie di alberi, nonché su pietre e rocce della zona – una passeggiata che lascia il segno, adatta a tutte le età.

#### Giro del lago

Tempo di percorrenza ca. 1.30 h, nessun dislivello significativo, facile

**Un consiglio:** seguite le orme dei campioni del mondo di biathlon nel grande Centro Biathlon di Anterselva, [www.biathlon-antholz.it](http://www.biathlon-antholz.it)

## Cornedo all'Isarco / S. Valentino in Campo

### I Planetario Alto Adige e il primo "Villaggio delle stelle" in Europa

Un viaggio nello spazio su Marte o Venere: un antico sogno dell'umanità. In un'emozionante simulazione dello spazio, direttamente sulla piazza del paese del pittoresco villaggio di Gummer, questo sogno diventerà realtà.

Nel villaggio delle stelle nel comune di Cornedo si può sperimentare l'intero cosmo. Oltre al Planetario si trovano anche l'osservatorio „Max Valier“ e l'osservatorio solare „Peter Anich“. Gli escursionisti, appassionati di astronomia, potranno simbolicamente fare un'escursione sulla "Via dei pianeti" e percorrere la „Via delle stelle“, dal nostro sistema solare e da un pianeta all'altro.

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

## Aldino / Redagno

### I Geoparc Bletterbach – Patrimonio mondiale UNESCO

Sulle tracce dei dinosauri nel “Grand Canyon dell’Alto Adige”. Quest’escursione attraverso il Canyon del Bletterbach è un viaggio nel tempo attraverso 280 milioni di storia della terra. Solo durante l’ultima glaciazione, circa 15000 anni fa, il rio Bletterbach ha scavato un canyon lungo 8 chilometri e profondo fino a 4000 metri, attraverso le rocce delle diverse età della terra.

Nei Centri Visita ad Aldino e Redagno, i processi che hanno portato alla formazione delle rocce nel Canyon del Bletterbach vengono esposti con chiarezza. Si possono trovare anche reperti fossili del canyon, come orme di sauri, pesci fossilizzati, conchiglie e piante.



Passo Sella con Sassolungo  
e Sassopiatto

## Tour dell’Alto Adige

### I Grande Giro delle Dolomiti (ca. 220 km)

Il Giro delle Dolomiti offre una splendida vista sulle impressionanti formazioni rocciose delle Dolomiti. Prendete la strada della Val Pusteria fino a Dobbiaco, passando vicino alle Tre Cime di Lavaredo, fino ad arrivare al Lago di Misurina. Proseguite per Cortina, passando il Passo di Falzarego arrivate ad Arabba. Continuate passando il Passo Pordoi e raggiungete il Passo Sella, che collega la Val di Fassa alla Val Gardena. Dalla Val Gardena seguite le indicazioni per Chiusa, poi per Bressanone e raggiungete il punto di partenza a Naz-Sciaves.

### I Giro delle Dolomiti - variante (ca. 200 km)

Da Naz fino alla romantica Val d’Ega passando per il lago di Carezza, con vista sulle bizzarre cime del Latemar. Proseguire per il passo di Carezza, ai piedi del “Rosengarten”, fino alla Val di Fassa e al Passo Pordoi, con vista sulla Marmolada. Continuare verso Arabba, Passo di Campolongo fino a San Lorenzo in Val Badia e dalla Val Pusteria si ritorna a Naz.



## AlmencardPLUS

Con l'AlmencardPLUS i nostri ospiti potranno usufruire da maggio a novembre, di tutte le attività comprese nell'offerta dell'AlmencardPLUS gratuitamente e ha in serbo per voi una varietà di attività, azioni, avventure, cabinovie e tanti eventi interessanti.

- Utilizzo gratuito di tutti i mezzi di trasporto pubblico locale dell'Alto Adige (autobus, treno e alcune funivie)
- Utilizzo senza limiti della cabinovia Gitschberg/ Maranza e Jochtal/Valles
- Libero accesso in oltre 80 musei e collezioni in tutto l'Alto Adige
- Partecipazione gratuita al programma settimanale
- Tariffe speciali presso tutti i nostri altri partner

L'AlmencardPLUS vi sarà consegnata al vostro arrivo dall'albergatore (solo se è partner dell'AlmencardPLUS), ed è valida per tutta la durata del vostro soggiorno.





# Alla scoperta dell'Alto Adige

in treno, autobus, funivia e bicicletta

Viaggiare con i mezzi del Trasporto Integrato Alto Adige è un'esperienza particolare.

Info

[www.mobilcard.info](http://www.mobilcard.info)

## Mobilcard

Con la Mobilcard potrete percorrere tutto l'Alto Adige senza limiti con i mezzi pubblici del Trasporto Integrato per uno, tre o sette giorni consecutivi

## museumobil Card

La museumobil Card permette la scoperta dei musei in tutto l'Alto Adige e l'utilizzo di tutti i mezzi pubblici di trasporto pubblico. La museumobil Card è a disposizione come biglietto per tre giorni e sette giorni.

## bikemobil Card

La bikemobil Card riunisce due offerte: viaggi illimitati con tutti i mezzi pubblici del Trasporto Integrato Alto Adige per uno, tre o sette giorni consecutivi, nonché il noleggio di una bicicletta (modello standard) per la durata di un giorno.

## Punti vendita

Mobilcard, museumobil Card e bikemobil Card: presso tutti i punti vendita del Trasporto Integrato Alto Adige e gli uffici turistici. Solo la Mobilcard è disponibile anche presso le biglietterie automatiche situate nelle stazioni ferroviarie della Provincia. La bikemobil Card è disponibile anche nei noleggi bicicletta partecipanti.

Alla scoperta dell'Alto Adige in treno, autobus, funivia e bicicletta

# Punti di ristoro

Giorno di riposo

## Naz

<b>Pizzeria Ristorante Bar Goldener Apfel</b>	lunedì	tel. 0472 415 504
<b>Ristorante Café Anich</b>	mercoledì	tel. 0472 412 026
<b>Café Bar Sun</b>	lunedì	tel. 0472 415 015
<b>Restaurant Café Bar Flötscherhof</b>	lunedì	tel. 0472 412 077
<b>“Hofschenke“ Walderhof</b>	mercoledì	tel. 0472 415 558
<b>Café Bar Paul</b>	venerdì pomeriggio e sabato	tel. 0472 415 124
<b>Café Bar Langhof</b>	lunedì - nessun giorno di riposo in alta stagione	tel. 0472 415 101

## Sciaves

<b>Area di servizio Lanz</b>	ore 6.00–20.00; nessun giorno di riposo	tel. 0472 611 890
<b>Ristorante Pizzeria Putzerhof</b>	Domenica & Lunedì, luglio & agosto solo Lunedì	tel. 0472 412 194

## Rasa

<b>Ristorante Pizzeria Café Bar Hochrain</b>	martedì	tel. 0472 412 248
<b>Ristorante Kaltenhauser</b>	lunedì	tel. 0472 412 089
<b>Ristorante Steinraffler</b>	martedì	tel. 0472 835 077
<b>Pizzeria Bar Sylvanerhof</b>	mercoledì	tel. 0472 412 000
<b>Café Bar Hubertushof</b>	in inverno: mercoledì pomeriggio, giovedì - da metà maggio: giovedì	tel. 0472 412 003
<b>“Buschenschank“ Trinnerhof</b>	Autunno: giornaliero dalle ore 16, Sabato & Domenica dalle ore 12. Primavera: solo il fine settimana	tel. 0472 412 238

## Aica

<b>Café Bar Klammerhof</b>	lunedì, martedì	tel. 0472 459 032
<b>Bar Zum Lindenwirt</b>	martedì	cell. 333 349 12 57

# Mini rubrica dalla A alla Z

## A

### Aeroporto

Distanze da Bressanone: Bolzano 45 km, Innsbruck 80 km, Monaco 280 km, Verona Villafranca 190 km

### Agenzie pullman

Seppi Herbert, Sciaves

cell. 335 819 97 77

cell. 337 451 397

**Autostrada** in Italia a pagamento, in Austria serve il bollino "Vignette"

## B

**Bancomat:** Cassa Raiffeisen Valle Isarco a Sciaves e Naz

**Bagno pubblico** nel pianoterra della Casa Hansengut in Piazza Paese a Naz, Sciaves e Aica vicino la chiesa

**Biglietti per l'autobus** acquistabili sull'autobus - più conveniente è la Mobilcard e la museumobil Card (punto di vendita presso l'ufficio informazioni) - [www.sii.bz.it](http://www.sii.bz.it)

**Numero verde**

tel. 840 000 471

### Bowling

**Acquarena**, Via Mercato Vecchio 28, Bressanone

tel. 0472 262 510

**Bar Voitsberg**, Via Voitsberg 5, Varna

tel. 0472 832 348

## C

**Campo di calcio:** "Bolzplatz" a Naz (piccolo) e Viumes

---

## Chiesa evangelica

**Chiesa S. Erardo** a Bressanone, in Piazza S. Erardo -  
da luglio a settembre ogni domenica alle ore 10.00

tel. 0471 281 293

**Comune** via Peter-Kemenater 18; Sciaves

tel. 0472 412 131

## D

### Dentisti

Servizio dentista in caso d'emergenza, sabato, domenica e giorni festivi:

**Ospedale di Bressanone** (solo la mattina dalle ore 8.00 alle 11.00)

tel. 0472 812 111

---

### Discoteche

**Club Max**, Via Laghetto, Bressanone

**Bar-Ristorante-Club B52**, Via Brennero 17, Varna

tel. 0472 201 341

---

### Distributore di benzina

**AGIP**: Ladestatt, Sciaves

tel. 0472 412 226

**Distributore con GAS-GPL ENI**: Mara 12, Bressanone

tel. 0472 851 139

**Distributore con Metano KOSTNER**: Via Förche 2, Zona Artigianale Nord, Varna

tel. 0472 801 712

## E

### Equitazione

**Pichlerhof, Elvas**, fam. Ferretti

tel. 0472 836 758

cell. 320 778 13 94

**Scuola d'equitazione Bressanone, Sarnes e Mezzaselva**, Kurt Überegger

cell. 342 195 53 12

**Circolo ippico Bressanone**, Maso Vorderigger 1, 39040 Varna

cell. 328 031 93 15

**Gite in carrozza**, Kircherhof, Maranza

cell. 320 311 44 13

---

## Emergenza

tel

112

## F

### Farmacia

**Farmacia Peer** Via Katharina Lanz 75 E, Rio di Pusteria

tel. 0472 849 719

---

### Fermate dell'autobus

**Naz:** Deviazione Flötscher, Bolzplatz, piazza del paese, casa delle associazioni

**Sciaves:** piazza del municipio e linea SAD vicino la strada statale

**Rasa:** alla fontana del paese, Hotel Hochrain e Trinnerhof

**Aica:** piazza della chiesa

**Fiumes:** entrata del paese

---

### Festività

Fisse: 1° e 6 gennaio, 25 aprile, 1° maggio, 2 giugno, 15 agosto,  
1° novembre, 8, 25 e 26 dicembre - Variabile: Pasqua e Pentecoste

---

**Francobolli** presso l'ufficio postale a Sciaves, nell'ufficio informazioni a Naz  
e nei negozi di genere misti a Naz, Rasa e Sciaves

---

**Funghi:** La raccolta è consentita nei giorni pari con permesso e tassa, che si ottiene presso il comune  
a Sciaves.

---

## L

### Laghi balneabili

**Stagno naturale balneabile**, Luson

tel. 0472 413 723

---

### Lavanderia

self service: **Ecozon**, casa parcheggio in Via Dante, Bressanone

---

## M

### Medici

<b>Dr. Monica Oberrauch:</b> Casa della Società, Sciaives	tel. 0472 415 560
<b>Dr. Georg Rogen</b> Via Katharina-Lanz 77/1e	tel. 0472 849 777
<b>Dr. Gregor Kobler</b> Via Katharina-Lanz 35	tel. 0472 888 018

---

### Mercati settimanali

**Bressanone:** ogni lunedì presso il parcheggio dell'Acquarena

**Vipiteno:** mercato "Sterzl" ogni martedì in Piazza Città da aprile fino a ottobre

**Merano:** ogni venerdì

**Brunico:** ogni mercoledì

**Bolzano:** ogni sabato (Piazza Vittoria)

**Attenzione:** i mercati durano fino alle ore 13.00 ca.

---

### Minigolf

<b>Hotel Flötscherhof,</b> Flötscher 3, Naz	tel. 0472 412 077
---	-------------------

---

## N

### Negozi alimentari

<b>Naz:</b> Mair Egon, Oberweizhof	tel. 0472 415 027
<b>Sciaives:</b> Ploner KG, Dorfladen	tel. 0472 412 403
<b>Sciaives:</b> Seppi Gebhard	tel. 0472 412 321
<b>Rasa:</b> Sylvanerhof, giornale e tabacchi	tel. 0472 412 000
<b>Rasa:</b> Häuslerhof, prodotti del maso	cell. 338 745 49 11
<b>Rasa:</b> Hausmannhof, prodotti del maso	tel. 0472 412 584
	cell. 338 637 19 45
<b>Aica:</b> Zum Lindenwirt, prodotti del maso	cell. 333 349 12 57

---

---

## Noleggio biciclette

<b>Naz:</b> Associazione Turistica Naz-Sciaves, Via Oberbrunnnergasse 1	tel. 0472 415 020
<b>Naz:</b> Hotel Jonathan, Via Fürstnergasse 21	tel. 0472 415 066
<b>Naz:</b> Landhotel Mühlawldhof, Via Schlossergasse 40	tel. 0472 415 204
<b>Bici Alto Adige</b> (stazione a Rio di Pusteria)	www.bici-altoadige.it

---

## Noleggio macchine

<b>AVIS Rent a Car Bressanone</b> , Via Vittorio Veneto 67	tel. 0472 267 014
Prenotazione	tel. 0471 212 560

## O

### Officina meccanica

<b>KFZ Plattner - servizio rimorchio</b> , Zona artigianale Rodengo	tel. 0472 886 140
<b>Plattner Servizio 24 ore</b>	cell. 348 134 01 94
<b>Centro assistenza pneumatica</b> - Ladestatt, Sciaves	tel. 0472 412 540
<b>KFZ Scremin</b> Via Brennero 5, Varna	tel. 0472 836 324

## P

### Parco giochi

<b>Naz:</b> all'entrata del paese e Fruhn (Via Schlossergasse)
<b>Sciaves:</b> presso il cortile della scuola ed il campo sportivo
<b>Rasa:</b> presso l'asilo e Moserwiese (vicino biotopo Raiermoos)
<b>Fiumes:</b> presso la casa dei pompieri
<b>Aica:</b> nel castagneto "Köstental"

---

---

## Parrucchiere

**Haartreff Judith Mair**, Via Schlossergasse 8, Naz

tel. 0472 267 008

**Salon Verena**, Via Schlossergasse 10, Naz

tel. 0472 415 505

**Salon Chic**, Via Peter Kemenater 27a, Sciaves

tel. 0472 412 618

**Heike's Salon**, Via Weg zur Platte 28, Rasa

cell. 328 535 82 07

---

## Pattinaggio e Birilli su ghiaccio

“**Bolzplatz**”, inizio del paese Naz (clima permettendo)

**Palaghiaccio Bressanone**, Zona Sportiva, Via Laghetto - estate e inverno

tel. 0472 837 697

---

## Pensione per animali domestici

**Residence 4 Pfofen**, Elvas 50

cell. 347 229 08 22

---

## Percorso idroterapeutico “Kneipp” a Varna

parcheggio nel paese di sopra vicino il macellaio Amort. Seguire l'indicazione per il sentiero lungo il ruscello di Scaleres fino al percorso idroterapeutico (Percorso Kneipp e jogging - parco gioco).

---





---

## Pesca

**Possibilità di pescare con licenza** - validità 3 mesi - dal 1° marzo al 30 settembre. Le licenze vengono emesse dal Consorzio Turistico Valle Isarco  
Informazioni dettagliate sulla pesca nella Valle Isarco: [www.fischen.it](http://www.fischen.it)

tel. 0472 802 232

### **Possibilità di pescare senza licenza:**

Associazione Pesca Valle Isarco, "Fischerstube" (Laghetto Untersee)  
a Varna (aperto da metà marzo a novembre), Via Brennero.  
Reperibile permesso giornaliero, noleggio d'esche e canne

cell. 339 137 04 09

---

## Piscine

### **Piscina coperta e scoperta Acquarena**

Via Mercato Vecchio 28b, Bressanone - [www.acquarena.com](http://www.acquarena.com)

tel. 0472 268 433

### **Piscina aperta Rio di Pusteria**

Via Moosmüllerweg

tel. 348 101 28 45

### **Piscina coperta Alpinpool**

Maranza 108a, Maranza - [www.alpinpool.it](http://www.alpinpool.it)

cell. 349 067 62 19

---

## S

## Spazi per barbecue

Gli spazi barbecue a Naz presso il „Ölberg“ e in Fruhnwald, lo spazio barbecue a Rasa, così come lo spazio barbecue a Sciaves presso il „Viummer Kreuz“, possono essere utilizzati solo con l'autorizzazione scritta dell'Associazione turistica di Naz-Sciaves!

---

**Stazione ferroviaria** a Bressanone e Fortezza (treni nazionali e internazionali)

---

## T

### Taxi

**Seppi Herbert**, Sciaves

cell. 335 819 97 77

tel. 0472 412 422

**Rabs shuttle**, Naz

cell. 347 916 03 14

**Süd Cab**, Bressanone

tel. 0472 977 977

**Auto Rolly**

cell. 338 599 38 80

### Tennis

**Sciaves:** 2 campi illuminati, Bar Treffpunkt

cell. 347 490 93 23

**Bressanone:** 8 campi da tennis (4 illuminati)  
vicino la piscina Acquarena - Tennis Club Bressanone

tel. 0472 835 133

**Novacella:** 2 campi illuminati

cell. 340 788 43 86

**Varna:** 3 campi illuminati, Bar Sportwirt

tel. 0472 971 347

## U

**Ufficio oggetti smarriti** nell'ufficio del Comune a Sciaves oppure [www.fundinfo.it](http://www.fundinfo.it)

**Ufficio postale** al Municipio Sciaves

Lunedì–venerdì ore 8.15–13.45 e sabato ore 8.15–12.45

tel. 0472 412 002

## V

### Veterinari

**Ospedale veterinario Dott. Hansjörg Pranter**, Via Vigneti 2, Bressanone

tel. 0472 830 952

**Clinica per animali Dott.ssa Evelyn Weissteiner**, Via Plose 23, Bressanone

tel. 0472 832 266

# Numeri utili

<b>Numero unico di emergenza dell'UE</b>	112
<b>Emergenza sanitaria / Soccorso alpino</b>	112
<b>Vigili del fuoco - emergenza</b>	115
<b>Soccorso pubblico d'emergenza</b>	113
<b>Carabinieri</b>	112
<b>Carabinieri Sciaves</b>	tel. 0472 412 132
<b>Ospedale Bressanone</b>	tel. 0472 812 111
<b>ACI - Soccorso stradale</b>	116
<b>Informazioni alpine</b> - informazioni per malghe, sentieri ecc.	tel. 0471 999 955
<b>Tempo generale e in montagna</b>	tel. 0471 270 555
<a href="http://www.provincia.bz.it/meteo">www.provincia.bz.it/meteo</a>	tel. 0471 271 177
<b>Settore centrale viabilità</b> - <a href="http://www.provinz.bz.it/traffico">www.provinz.bz.it/traffico</a>	tel. 0471 200 198
<b>Comune di Sciaves</b>	tel. 0472 412 131
<b>Infopoint Mobile</b> , Via Croce 10, 39042 Bressanone - <a href="mailto:info@infopointmobile.it">info@infopointmobile.it</a> Ferrovia dello Stato: <a href="http://www.trenitalia.it">www.trenitalia.it</a> Informazione trasporto locale di persone (pullman): <a href="http://www.sii.bz.it">www.sii.bz.it</a> , <a href="http://www.sad.it">www.sad.it</a>	tel. 0472 970 695

## Alcol e guida

Tasso di alcolemia consentito 0,5. Sotto i 21 anni e neopatentati 0,0.



**Societa cooperativa Turistica Naz-Sciaves**

Naz, Via Oberbrunnnergasse 1

Casa Hansengut

39040 Naz-Sciaves

Alto Adige

T 0472 415 020

info@naz-sciaves.info  
[www.naz-sciaves.info](http://www.naz-sciaves.info)

Numeri utili