



Seiser Alm
Die winterliche, schneebedeckte Seiser Alm ist ein wahres Paradies für Langläufer. Die fast endlos erscheinende Weite der leicht hügeligen, sonnenverwöhnten Landschaft, durchwachsen von kleinen Waldinseln und umrahmt von bizarrem Dolomitenfels lohnt allemal, mit Langlaufskiern entdeckt zu werden. Den Liebhabern des Langlaufens stehen 80 km Loipen von unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad zur Auswahl. Die Längen der Loipen variieren zwischen 1,4 Kilometern für Anfänger, bis hin zur „Jochloipe“, die mit 15 Kilometern die längste Höhenloipe der Seiser Alm ist. Alle Loipen sind doppelt gespurt und für Skating präpariert. Ausgezeichnet ist auch die Beschneidung. Dank Übersichtskarten, die an allen wichtigen Punkten vorhanden sind, finden sich die Langläufer auf der größten Hochalm Europas bestens zurecht.

Gröden
Eine 75 km-Loipe verbindet die Seiser Alm über Monte Pana mit Gröden, welches ebenfalls ein Eldorado für Langlaufers ist. Angefangen von der Loipe im Langental (Wolkenstein) mit ihrer insgesamt 19 km langen Strecke vom Sportzentrum der Carabinieri bis ans Talende, bietet das Tal eine phantastische Kulisse für den Langläufer. Für jeden der keine Ausrüstung mit sich hat, findet man hier auch einen Skiverleih bzw. eine Langlaufschule vor. Auf 1636 m am verschnittenen Monte Pana (St. Cristina) ziehen sich im Langlaufzentrum fünf Schieffen mit 2,5 bis 7,5 km Loipenvergnügen durch das wellige Wald- und Wiesengebiet. Von leicht, mittelschwer bis anspruchsvolle Pisten, für Skater oder Langläufer im klassischen Stil, hier in der kristallklaren Luft findet jeder etwas für sich.

Alpe di Siusi
L'Alpe di Siusi, tutta imbiancata nella sua veste invernale, si propone come autentico paradiso per gli appassionati di sci da fondo. L'ampiezza apparentemente infinita di questo paesaggio assoluto e lievemente collinare interrotto armonicamente da ameni boschetti e circondato dalle forme bizzarre delle rocce dolomitiche sembra nato apposta per essere scoperto sugli sci da fondo. A disposizione degli amanti dello sci da fondo, 80 km di piste perfettamente battute e tracciate per lo stile classico, nonché lisce e impeccabili per lo skating. Piste con una lunghezza minima di 1,4 km per i principianti e altre più estese come quella del "Giogo", che, con i suoi 15 km, è la più lunga pista da fondo in quota dell'Alpe di Siusi. Eccellente anche la segnaletica grazie ai grandi cartelli che, installati in tutti i punti principali, offrono una panoramica completa delle piste disponibili.

Val Gardena
Una pista di 75 km collega l'Alpe di Siusi attraverso Monte Pana con la Val Gardena che è altresì un paradiso per gli appassionati dello sci da fondo. La valle offre uno scenario fantastico, iniziando dalla pista di 19 km in Vallunga (Selva Val Gardena) che parte dal centro sportivo dei Carabinieri e giunge fino alla parte terminale della valle. Chi non ha l'occorrenza con sé può noleggiare qui, dove si trova peraltro anche una scuola sci. Al Monte Pana (S. Cristina) nel Centro Fondo a 1636 m ci sono cinque serpentine da 2,5 a 7,5 km di pista che si inoltrano nel meraviglioso panorama della valle. Per principianti e progrediti, tecnica classica o skating, qui nell'aria montana ognuno trova quello che fa per sé.

Alpe di Siusi
The wintry, snow-covered Alpe di Siusi is a true paradise for cross-country ski enthusiasts. The seemingly endless wide open spaces, the gently rolling hills, the sunny dells, the forest, and the meadows – and everything against the magnificent backdrop of the towering Dolomites – invite you to explore them on cross-country skis. Cross-country ski enthusiasts can choose from 80 km of courses of different levels of difficulty and different lengths: from just 1,4 kilometers for beginners up to 15 kilometers. All of the cross-country ski courses have double lanes and are prepared for skating.

Val Gardena
A 75 km trail links Alpe di Siusi through Monte Pana to Val Gardena which is a paradise for cross-country skiing fans, too. The valley offers a fantastic background, starting from the 19 km trail in Vallunga (Selva Val Gardena) that goes from the Carabinieri sports centre to the end of the valley. For those who don't have the equipment there are a ski-hire and a ski school. In the cross-country skiing centre on Monte Pana (S. Cristina) you find five circular trails from 2,5 to 7,5 km through the undulating landscape of woods and meadows at 1636 m. Here everyone finds something: easy or medium, skating or classic.



Langlaufschulen/Scuole di sci da fondo/Cross-country ski schools

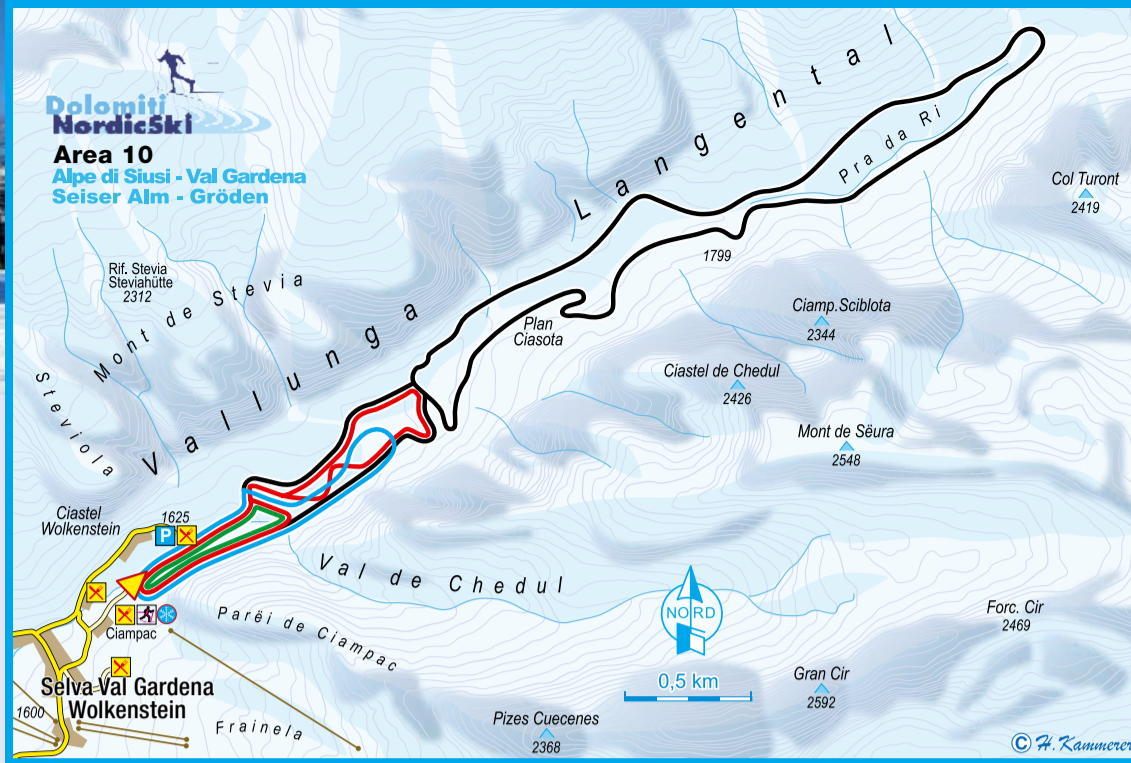
Skischule Seiser Alm/Scuola di sci/Ski school Alpe di Siusi
Compaccio/Compatsch - Alpe di Siusi/Seiser Alm
Tel. +39 0471 727 909 - www.skischule-seiseralm.com

Skischule Schlern 3000/Scuola di sci/Ski school Sciliar 3000
Compaccio/Compatsch 43/2 - Alpe di Siusi/Seiser Alm
Tel. +39 0471 704 279 - www.skischule-schlern3000.com

Skischule Wolkenstein/Scuola di sci/Ski school Selva Gardena
Str. Dantercèpijs 4 - Str. Mèisules 178 + 274 - Plan de Graiba - Selva Val Gardena/Wolkenstein
Tel. +39 0471 795 156 - www.scuolasciselve.com

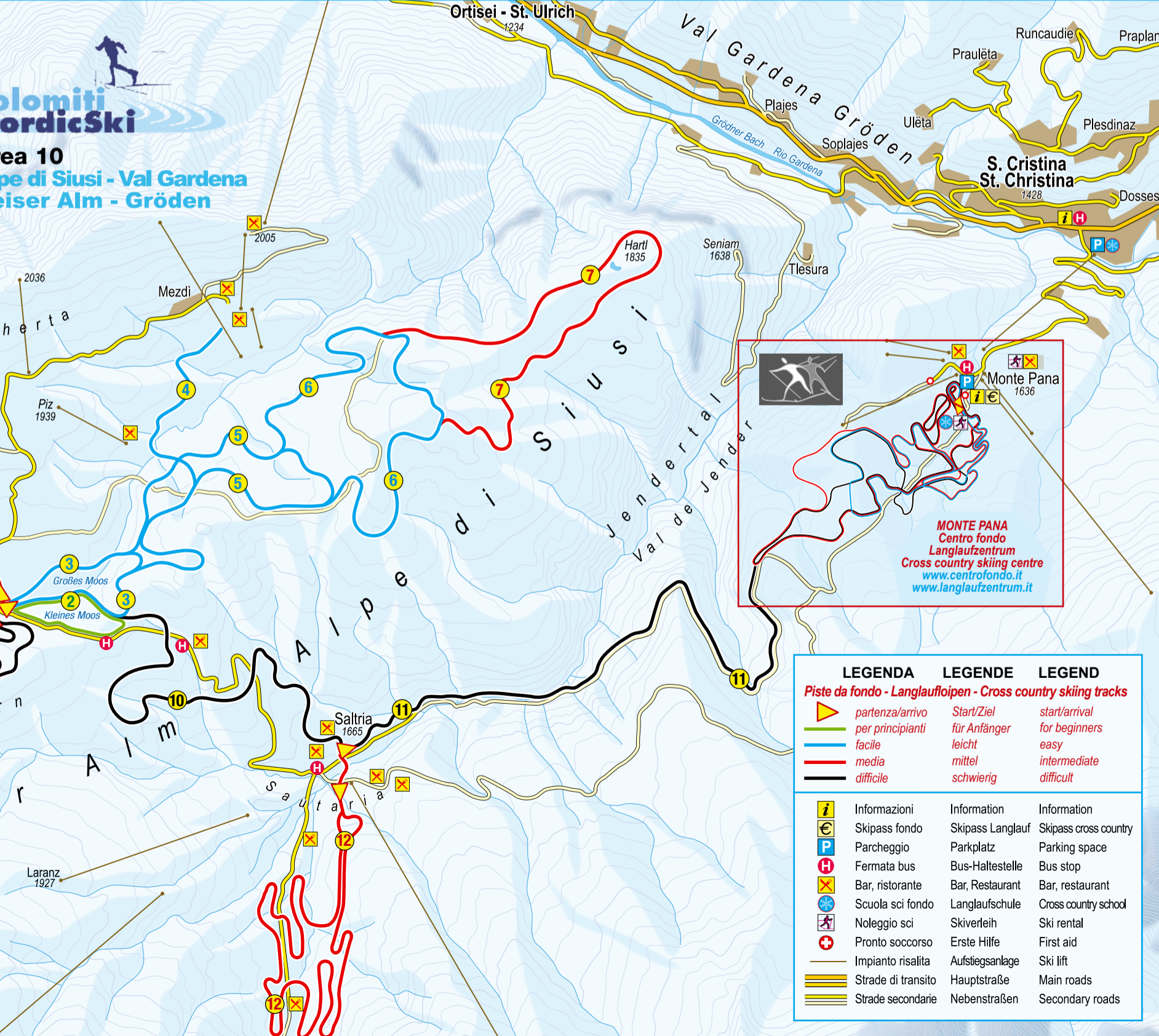
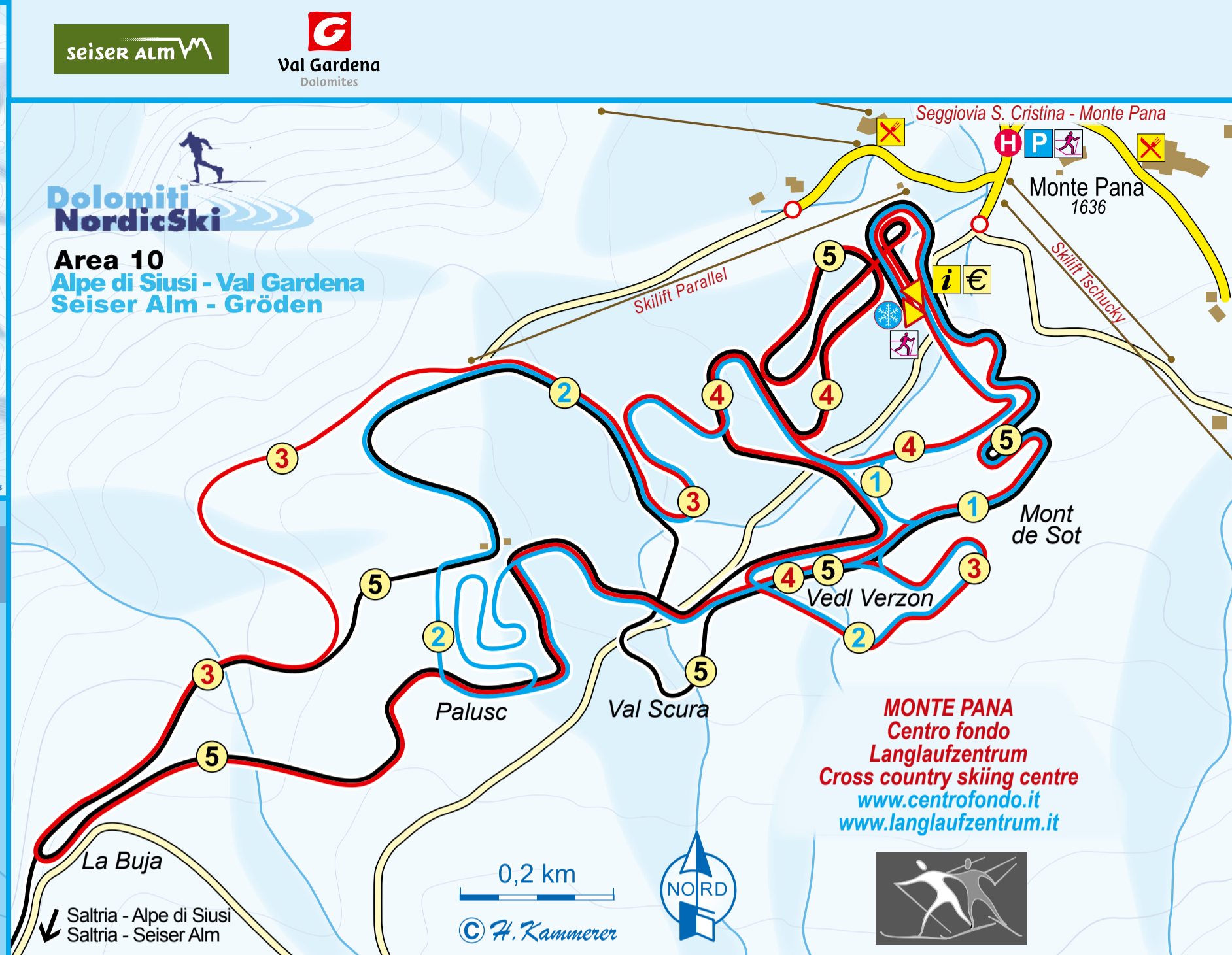
Skischule St. Cristina/Scuola di sci/Ski school S. Cristina
Iman Center - Piazza Dosses - Plan da Tjeja - Monte Pana - S. Cristina/St. Christina
Tel. +39 0471 792 045 / +39 333 598 75 79 - www.santacristinaski.com

Skischule St. Ulrich/Scuola di sci/Ski school Ortisei
Str. Rezia 75/a - Str. Promeneda 1 - Seceda valley station - Alpe di Siusi top station - Ortisei/St. Ulrich
Tel. +39 0471 796 153 - www.scuola-sci.com



Loipenübersicht Seiser Alm Piste da fondo dell'Alpe di Siusi Cross-country ski runs on the Alpe di Siusi	Loipenübersicht Monte Pana Piste da fondo al Monte Pana Cross-country ski runs at Monte Pana
1 Compatsch/Compaccio - Ritsch - Compatsch/Compaccio → 5,4 km	1 Mont Dessot → 2,5 km ⚡ 93 m
2 Ritsch → 1,4 km	2 Palusc → 5,2 km ⚡ 155 m
3 Übungsloipe/Pista di allenamento/Beginners run → 2,1 km	3 La Buja → 6,7 km ⚡ 195 m
4 Verbindungsloipe zum Hotel Sonne/Pista di collegamento all'Hotel Sonne/Connecting run to the Hotel Sonne → 3,2 km	4 Vedl Verzon → 3,3 km ⚡ 118 m
5 Möser → 5,5 km	5 Val Scura → 7,5 km ⚡ 270 m
6 Wolfsbühel/Col del Lupo → 8,9 km	
7 Hartl → 12 km	
8 Panorama → 11,3 km	
9 Joch/Giogo → 15,4 km	
10 Verbindungsloipe/Pista di collegamento/Connecting run Ritsch - Saltria - Ritsch → 4,2 km	
11 Verbindungsloipe/Pista di collegamento/Connecting run Saltria - Monte Pana → 3,9 km	
12 Saltria → 5,9 km	
13 Panider Sattel kurz/Passo Pinei breve - short → 0,3 km	
14 Panider Sattel lang/Passo Pinei lungo - long → 3,1 km	

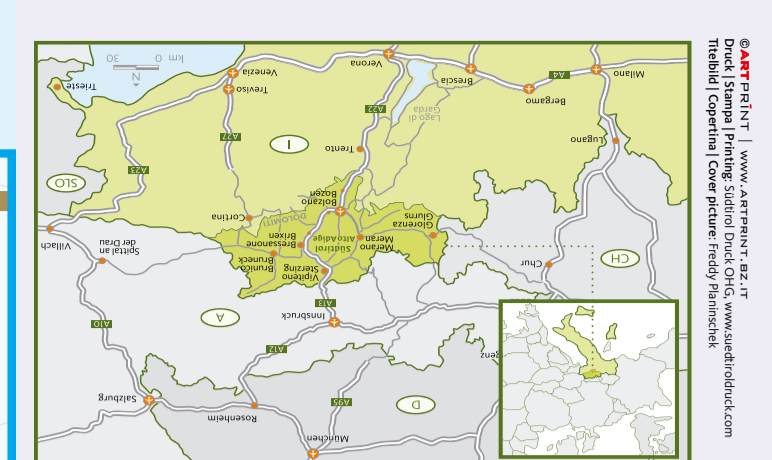
→ Länge/Lunghezza/length
⚡ Höhenunterschied/dislivello/difference in altitude



Nordic Ski Center
Langlaufzentrum Compatsch
Centro per sci da fondo Compaccio
Cross country skiing Center



LEGENDA	LEGENDE	LEGEND
Partenza/arrivo	Start/Ziel	start/arrival
Piste per principianti	Piste für Anfänger	Piste for beginners
Piste facile	Piste leicht	Piste easy
Piste media	Piste mittel	Piste intermediate
Piste difficile	Piste schwierig	Piste difficult
Informazioni	Information	Information
Skipass fondo	Skipass Langlauf	Skipass cross country
Parcheggio	Parkplatz	Parking space
Fermata bus	Bus-Haltestelle	Bus stop
Bar, ristorante	Bar, Restaurant	Bar, restaurant
Scuola sci fondo	Langlaufschule	Cross country school
Noleggio sci	Skiverleih	Ski rental
Pronto soccorso	Erste Hilfe	First aid
Impianto risalita	Aufsegeanlage	Ski lift
Strade di transito	Hauptstraße	Main roads
Strade secondarie	Nebenstraßen	Secondary roads



Alpe di Siusi - Seiser Alm Marketing
Tel. +39 0471 709 600 - Fax +39 0471 704 199
Info@seiseralm.it - www.seiseralm.it

Val Gardena - Gröden Marketing
Tel. +39 0471 777 777 - Fax +39 0471 792 235
Info@valgardena.it - www.valgardena.it



10 Seiser Alm-Gröden Alpe di Siusi-Val Gardena 2016/17



Loipenplan | Piste fondo | Cross country tracks

Dolomiti Nordicski
Europe's largest cross-country skiing area ... in the Dolomites

