

CHECKPOINT MISSION
FOR LITTLE HIKING FANS

Symbole sammeln und tolle Preise erwandern!
Erhältlich in den Tourismusvereinen und bei
Südtirol Products (Talstation Seiser Alm Bahn).

Collezionate i simboli e aggiudicatevi magnifici premi!
In vendita presso le Associazioni Turistiche e presso
Südtirol Products (Cabinovia Stazione a valle).

Collect the symbols and hike your way to fabulous prices!
Available at the Tourist Offices and Südtirol
Products shop (Aerial Cableway Valley Station).



DRACHE SIGI HAT VERSCHLAFEN!
SVEGLIATI, DRAGO SIGI!
SIGI THE DRAGON OVERSLEPT!

Ein lustiges Wanderrätsel rund um das
geheimnisvolle Dorf von Seis.
Un'avventura alla scoperta delle legendarie terre di Siusi.
An exciting and fun hiking game that takes you all
around the mysterious village of Seis.





Erhältlich im Tourismusverein Seis am Schlern
In vendita presso l'Ass. Turistica Siusi allo Sciliar
Available at the Tourist Office Seis am Schlern

seiseralm.guest.net

Guest Info





DOLOMITES
SEISER ALM

KASTELRÜTH – SEIS – VÖLS – TIERS

info@seiseralm.it
Tel. +39 0471 709 600
www.seiseralm.it

Tourismusvereine / Associazioni Turistiche / Tourist Offices

Kastelruth / Castelrotto
Seis am Schlern / Siusi allo Sciliar
Seiser Alm / Alpe di Siusi
Völs am Schlern / Fiè allo Sciliar
Tiers am Rosengarten / Tires al Catinaccio

+39 0471 706 333
+39 0471 707 024
+39 0471 727 904
+39 0471 725 047
+39 0471 642 127



Familien-Themenwege
Percorsi tematici per famiglie
Family themed trails



1
Seis am Schlern
Siusi allo Sciliar



Oswald von Wolkenstein-Weg
Sentiero Oswald von Wolkenstein
Oswald von Wolkenstein Path

Der Oswald von Wolkenstein-Weg ist ein Erlebnisweg, der an den Ruinen von Salegg und Hauenstein vorbei führt. 15 Stationen laden euch zum Spielen ein. Am Weg könnt ihr einiges entdecken: eine Rittertafel, ein Ritterschwert und mystische Tiere.
Il Sentiero Oswald von Wolkenstein è un percorso circolare che costeggia le Rovine di Salego e Castelvecchio. Lungo l'itinerario 15 stazioni v'invitano a giocare, ma anche a scoprire la tavola dei cavalieri, una spada e animali mistici.
The Oswald von Wolkenstein path is a loop trail that leads past the ruins of Salegg and Hauenstein, and features 15 stations where you can stop and play. There's a lot to discover along this tour, including a knight's table, a knight's sword and mystical animals.



Talstation der Seiser Alm Bahn
Stazione a valle della Cabinovia Alpe di Siusi
Seiser Alm Aerial Cableway valley station

2:00 h 5,7 km 280 m



Der Pilzeweg
Il Sentiero dei funghi
The mushroom path



2
Seis am Schlern
Siusi allo Sciliar



Gumperer Weg
Sentiero Gumperer
Gumperer Trail

Von Kindern für Kinder gemacht: die fünf Stationen laden zum Erkunden der fünf menschlichen Sinne ein - spielerisch lernt ihr euch und eure Umgebung besser kennen. Je mehr Zeit ihr euch lässt, umso tiefer taucht ihr in die herrliche Natur- und Erlebniswelt ein.
Realizzato da bambini per bambini: le cinque tappe vi invitano ad esplorare i cinque sensi umani, per conoscere meglio voi stessi e l'ambiente circostante divertendovi. Più tempo vi prenderete, più vi immergerete nel meraviglioso mondo della natura e delle emozioni.
Made by children, for children: the five stations invite you to discover the five senses. In a playful way, you get to know more about yourself and your surroundings. The more time you give yourself, the deeper you can dive into the wonderful world of nature, discovery and adventure.



Dorfplatz Seis am Schlern
Piazza del paese di Siusi allo Sciliar
Village square of Seis am Schlern

2:30 h 5,6 km 250 m



3
Seis am Schlern
Siusi allo Sciliar



Der Pilzeweg
Il Sentiero dei funghi
The mushroom path

Die leichte Wanderung durch den Laranz Wald bietet an Idylle alles, was das Wanderherz begehrt: frische Waldluft, eine Panorampattform, aus Baumstämmen geschnitzte Pilze und eine wahrhaft königliche Aussicht. Il facile tour attraverso il bosco di Laranza è in grado d'esaudire i desideri d'ogni escursionista, grazie all'aria fresca, a una piattaforma panoramica, funghi intagliati nei tronchi e a una vista regale.
The leisurely hike through the Laranz forest makes every hiker's wishes come true: fresh forest air, a panoramic platform, mushrooms carved from tree trunks and a view fit for a king.



Fußballplatz Laranz
Campo sportivo a Laranza
Sports field Laranz

1:20 h 4,6 km 150 m





4
Seiser Alm
Alpe di Siusi



Die Hexenquellen
Le Sorgenti delle Streghe
The Witches' Springs

Auf diesem Sinnes-Erlebnisweg begebt ihr euch spielerisch auf Spurensuche und erlebt Natur pur. Wer von euch Lust hat, kann den Weg auch zumindest teilweise barfuß beschreiten, dadurch erhöht sich die magische und inspirierende Wirkung. Seid gespannt!
Percorrete quest'emozionante sentiero sensoriale alla ricerca di orme, giocando e - per chi lo desidera - camminando almeno in parte a piedi scalzi, amplificando ancora di più l'effetto magico ed ispiratore della natura allo stato puro.
Along this sensory adventure trail, you can play, track animals and have endless fun in the countryside. And if you want, you can walk at least a part of the trail barefoot to make it all the more magical and fun. Are you excited?



Tirlir

0:45 h 2,0 km 120 m



5
Tiers am Rosengarten
Tires al Catinaccio



Naturerlebnispfad
Percorso naturalistico
Nature trail

Der neue Naturerlebnispfad bietet historische und aktuelle Einblicke in die Elemente Wald und Wasser in Tiers. Interaktive Stationen und Tafeln laden Erwachsene und Kinder ein, die Natur zu erkunden und mehr über deren ökologische und kulturelle Bedeutung zu erfahren. Il nuovo percorso naturalistico offre approfondimenti storici e attuali degli elementi bosco e acqua a Tiers. Stazioni interattive e pannelli invitano adulti e bambini a esplorare la natura e scoprire dettagli sul significato ecologico e culturale.
The new nature trail offers historical and current insights of the elements forest and water in Tiers. Interactive stations and informative panels invite adults and children to explore nature and learn more about the ecological and cultural importance of them.



Talstation der Cabrio-Seilbahn Tiers
Stazione a valle della Funivia cabrio Tires
Seiser Alm Aerial Convertible-style cable car Tiers

1:30 h 4,1 km 190 m

Themenwege Geschichte und Kultur
Percorsi tematici di storia e cultura
History and culture themed trails



6
Kastelruth
Castelrotto



Umrundung des Kofels
Giro del Colle
Loop-trail of the Calvary hill

Der Name Kastelruth kommt von der Bezeichnung „Castellum Ruptum“, was übersetzt zerstörte Burg bedeutet. Aus geschichtlichen Urkunden geht hervor, dass eine großartige prunkvolle Befestigung auf dem Schlossberg, Kofel genannt, stand.
Il nome Castelrotto deriva da "Castellum Ruptum", che tradotto significa "castello distrutto". Alcuni documenti storici rivelano che sul monte Calvario, chiamato Kofel (Colle), sorgeva una magnifica e sfarzosa fortificazione. The name Kastelruth comes from the name "Castellum Ruptum," which means "destroyed castle." Historical documents have revealed that a magnificent fortress stood on the Calvary hill.



Historischer Dorfplatz Kastelruth
Piazzetta storica di Castelrotto
Historic village square of Kastelruth

0:30 h 0,9 km 40 m



7
Seiser Alm
Alpe di Siusi



Hans und Paula Steger Weg
Sentiero Hans e Paula Steger
Hans and Paula Steger-Hiking trail

Die Skirennläufer und Alpinisten Hans und Paula Steger haben die Seiser Alm geprägt wie keine Zweiten. Sie waren Vorreiter im Alpinismus der Dolomiten. Ein eindrucksvolles Dolomitenpanorama begleitet den Wanderer auf diesem einfachen Weg.
Hans e Paula Steger, alpinisti e sciatori di successo, hanno lasciato un'impronta sull'Alpe di Siusi come nessun altro. Pionieri nel mondo dell'alpinismo nelle Dolomiti, hanno contribuito in maniera decisiva allo sviluppo del comprensorio sciistico sull'Alpe di Siusi.
Ski racers and mountaineers Hans and Paula Steger made their mark on the Seiser Alm like no other, before or since. Pioneers of mountaineering in the Dolomites, they made an immense contribution to the development of skiing on the Seiser Alm.



Bergstation der Seiser Alm Bahn
Stazione a monte della cabinovia Alpe di Siusi
Seiser Alm Aerial Cableway mountain station

2:10 h 8,7 km 300 m



8
Völs am Schlern
Fiè allo Sciliar



Oachner Höfeweg
Sentiero dei masi
Oachner Höfeweg Farm Trail

Der Oachner Höfeweg ist ein beeindruckender Wanderweg durch die abwechslungsreiche Natur- und Kulturlandschaft nahe Völs am Schlern und führt an alten Höfen und Buschenschänken, Weinbergen und Kastanienhainen vorbei. Quest'affascinante sentiero escursionistico attraverso lo sfaccettato paesaggio naturale e antropizzato nei pressi di Fiè allo Sciliar costeggia antichi masi, osterie contadine, vigneti e castagneti.
The Völser Aicha Höfeweg farm trail is a beautiful hiking route through ancient farmsteads, mountain restaurants, vineyards and chestnut groves.



Schloss Pröls
Chiesetta di Pröls
Pröls Castle

3:20 h 11,3 km 610 m





9
Völs am Schlern
Fiè allo Sciliar



Themenweg Peterbühl
Sentiero tematico Colle di San Pietro
Theme trail Peterbühl

Der Themenweg Peterbühl dokumentiert archäologische Funde aus verschiedenen Epochen, von der späten Bronzezeit bis ins frühe Mittelalter. Auf Schautafeln werden bemerkenswerte Entdeckungen wie Hausgruben, Umfassungsmauern und Befestigungswerke präsentiert. Il sentiero tematico di Colle di San Pietro documenta reperti archeologici di varie epoche, dalla tarda età del bronzo all'alto Medioevo. Scoperte notevoli come fosse domestiche, mura di cinta e fortificazioni sono presentate su tavole esplicative lungo il percorso tematico.
The themed trail Peterbühl documents archaeological finds from various eras, from the late Bronze Age to the early Middle Ages. Remarkable discoveries such as house pits, enclosure walls and fortifications are presented on display boards along the themed trail.



Friedhofspark Völs
Parco del cimitero di Fiè
Cemetery park Völs

0:30 h 1 km 35 m



10
Tiers am Rosengarten
Tires al Catinaccio



Historischer Rundgang
Percorso storico
Historical tour

Der Wanderweg führt an geschichtlich interessanten Stätten vorbei und erschließt so das historische Tiers am Rosengarten. Steintafeln und Hinweissteine kennzeichnen die einzelnen Punkte. Questo sentiero escursionistico costeggia aree interessanti dal punto di vista storico, presentando Tires al Catinaccio. I singoli punti sono contrassegnati da massi e bacheche in pietra.
This walking trail passes through sites of historical interest which narrate the story of Tiers am Rosengarten. Each site is indicated by stone tablets and marker stones.



St. Zyprian Kirchlein
Chiesetta di San Cipriano
Little church of St. Zyprian

3:20 h 10,7 km 580 m

Themenwege Geologie
Percorsi tematici di geologia
Geology themed trails



11
Kastelruth
Castelrotto



Geotrail Pufels
Geotrail Bulla
Geotrail Pufels

Erdgeschichte hautnah: Der Geotrail in Pufels bietet Einblicke in vergangene Zeiten der 252 Mio. Jahre langen Geschichte des UNESCO Welterbes Dolomiten. Dem Auge bieten sich atemberaubende Ausblicke auf das umliegende Dolomiten-Panorama. A tutta geologia! Il Geotrail a Bulla apre una finestra sul passato delle Dolomiti, Patrimonio Mondiale UNESCO: una storia lunga 252 milioni di anni. Non mancano certo i panorami mozzafiato sul regno dolomitico circostante. Earth's history up close: The Geotrail in Pufels offers a fascinating insight into bygone days and the 252 million years of history of the Dolomites, the UNESCO World Natural Heritage. The route also offers breath-taking views of the surrounding Dolomite panorama.



Panider Sattel
Passo Pinei
Panider Sattel

2:10 h 6,9 km 340 m



12
Seis am Schlern
Siusi allo Sciliar



Der Geologensteig
Il sentiero geologico
The Geologist's Path

Der Geologensteig lädt zu einer Zeitreise durch die Erdgeschichte. Durch die jahrelange Zersetzung der Gesteinsschichten ist der Aufbau der Dolomiten eindrucksvoll freigelegt worden und bietet zusammen mit wunder-schönen Wasserfällen Wanderern und Hobby-Geologen einen beeindruckenden Anblick. Quest'itinerario invita a intraprendere un viaggio nel tempo alla scoperta della geologia. Disgregando per milioni di anni gli strati rocciosi, l'acqua ha rivelato l'orogenesi delle Dolomiti in maniera straordinaria, offrendo a escursionisti e geologi amatoriali un panorama suggestivo, così come meravigliose cascate. The Geologist's Path takes you on a journey through the history of the Earth. With spectacular waterfalls en-route, this trail offers hikers and amateur geologists a beautiful hike and a fascinating insight into the Earth's history.



Bad Ratzes

3:20 h 9,3 km 960 m



13
Seis am Schlern
Siusi allo Sciliar



Geomeile
Miglio geologico
Geomile

Beim Spaziergang durch das Dorf Seis kann die millio-nenalte Geschichte der Erde und der Dolomiten erlebt werden. Sechs Tafeln stellen für unsere heutige Land-schaft prägende Ereignisse dar. Im Boden einglassene Plaketten markieren das Auftreten neuer Lebensformen. Passeggiando per il villaggio di Siusi, si può vivere la storia millenaria della Terra e delle Dolomiti. Sei pannelli illustrano eventi che hanno plasmato il nostro paesaggio attuale. Cartelli fissati al terreno segnano l'apparizione di nuove forme di vita. While walking through the village of Seis, you can experience the millions-of-years-old history of the Earth and the Dolomites. Six panels depict events that have shaped our present landscape. Plaques embedded in the ground mark the emergence of new life forms.



Dorfplatz Seis am Schlern
Punto di paese Siusi allo Sciliar
Village square Seis am Schlern

0:30 h 1,0 km 17 m

Themenwege Wasser
Percorsi tematici d'acqua
Water themed trails



14
Völs am Schlern
Fiè allo Sciliar



7-Weiher-Weg
Sentiero dei 7 laghetti
7 lakes hiking trail

Am Fuß des Schlerns, zwischen Völser Aicha und St. Konstantin, verbindet der Weg sieben Weiher. Er führt durch eine abwechslungsreiche, beeindruckende Natur und vorbei an uralter und einzigartiger Kulturlandschaft. Ai piedi dello Sciliar, tra Aica di Fiè e S. Costantino, il sentiero collega sette stagni. Attraversa una natura varia e impressionante e passa per paesaggi culturali antichi e unici. At the foot of the Schlern, between Völser Aicha and St. Konstantin, the path connects seven lakes. It leads through varied and impressive nature and past ancient and unique cultural landscapes.



Völser Aicha oder St. Konstantin
Aica di Fiè oppure S. Costantino
Völser Aicha or St. Konstantin

3:50 h 13,2 km 390 m



15
Tiers am Rosengarten
Tires al Catinaccio



Quellwasserweg
Sentiero dell'acqua di sorgente
Spring Water Trail

Idyllische Bäche, hoch aufragende Berge und saftig grüne Wiesen. Der Tschaminbach plätschert fröhlich dahin, das Rosengartenmassiv bildet einen monumenta-len Anblick und die Wiesenoase lädt zum Verweilen und Spielen inmitten des dichten Fichtenwaldes ein. Ruscelli idilliaci, montagne imponenti e prati verdeggianti. Il ruscello Ciamin scorre allegramente, il massiccio del Catinaccio forma uno spettacolo monumentale e l'oasi dei prati invita a soffermarsi e a giocare tra i fitti boschi di abeti rossi. Idyllic streams, towering mountains and lush green meadows. The Tschamin stream ripples merrily along, the Rosengarten massif forms a monumental sight and the meadow oasis invites you to linger and play amidst the dense spruce forest.



Ziegelofen / St. Zyprian
Ziegelofen / S. Cipriano
Ziegelofen / St. Zyprian

3:40 h 11,5 km 670 m



Legende
Leggenda
Legend



Leichte Wanderung
Escursione facile
Easy hiking tour



Mittelschwere Wanderung
Escursione con media difficoltà
Medium difficult hiking tour



Anspruchsvolle Wanderung
Escursione impegnativa
Demanding hike



Höhenmeter bergauf
Dislivello in salita
Elevation ascent



Kinderwagengerecht
Adatto alle carrozine
Suitable for baby carriages!



Nicht Kinderwagengerecht
Non adatto alle carrozine
Not suitable for baby carriages!



Startpunkt
Punto di partenza
Starting point



Länge
Lunghezza
Length

Foto: Luca Pulzer/Tourismusverein Seis/TV SL, Ulrich/Helmuth Rier/Werner Doppl/Annamarie Oberner/Tirler - Dolomiten Living Hotel/DWM Südtirol Harald Wehner/Tourismusverein Tiers/Norin Kompatscher



DOLOMITES
SEISER ALM

KASTELRÜTH – SEIS – VÖLS – TIERS

Themed
Trails

Explore the Dolomites



NATURPARKHAUS
SCHLERN-ROSENGARTEN
CENTRO VISITE DEL PARCO
NATURALE SCILIAR-CATINACCIO
VISITOR CENTER NATURE PARK
SCHLERN-ROSENGARTEN

Piazza O.v.Wolkenstein-Platz 6
39040 Seis am Schlern / Siusi allo Sciliar
info.sr@provinz.bz.it • Tel. +39 0471 708 110
www.seiseralm.it/visitorcentrenaturepark





SHTUTLE- UND LINIENBUSSE
BUS NAVETTA E LINEE PUBBLICHE
SHUTTLE AND PUBLIC BUSES



Busverbindungen rund um die Dolomitenregion Seiser Alm.
Collegamenti bus nella regione dolomitica Alpe di Siusi.
Bus connections in the Dolomites Region Seiser Alm.



www.suedtirolmobil.info | www.altodigemobilita.info



112
Notruf
Emergenza
Emergency



Raiffeisen
Mehr Nähe. Mehr Bank.
Più vicini. Più banca.



Papier aus verantwortungsvollen Quellen
Carta da fonti gestite in maniera responsabile
FSC® C121348



Themed Trails Info



Hier findet ihr die detaillierte Beschreibung der einzelnen Wege!

Qui trovate la descrizione dettagliata dei singoli percorsi!

Here you will find the detailed description of the individual routes!



Familien-Themenwege Percorsi tematici per famiglie Family themed trails

1	Oswald von Wolkenstein-Weg Sentiero Oswald von Wolkenstein Oswald von Wolkenstein Path		
2	Gumperer Weg Sentiero Gumperer Gumperer Trail		
3	Der Pilzweg Il Sentiero dei funghi The mushroom path		
4	Die Hexenquellen Le Sorgenti delle Streghe The Witches' Springs		
5	Naturerlebnispfad Percorso naturalistico Nature trail		

Themenwege Geschichte und Kultur Percorsi tematici di storia e cultura History and culture themed trails

6	Umrundung des Kofels Giro del Colle Loop-trail of the Calvary hill		
7	Hans und Paula Steger Weg Sentiero Hans und Paula Steger Hans and Paula Steger-Hiking trail		
8	Oachner Höfeweg Sentiero dei masi Oachner Höfeweg Farm Trail		
9	Themenweg Peterbühl Sentiero tematico Colle di San Pietro Theme trail Peterbühl		
10	Historischer Rundgang Percorso storico Historical Tour		

Themenwege Geologie Percorsi tematici di geologia Geology themed trails

11	Geotrail Pufels Geotrail Bulla Geotrail Pufels		
12	Der Geologensteig Il sentiero geologico The Geologist's Path		
13	Geomeile Miglio geologico Geomile		

Themenwege Wasser Percorsi tematici d'acqua Water themed trails

14	7-Weiher-Weg Sentiero dei 7 laghetti 7 lakes hiking trail		
15	Quellwasserweg Sentiero dell'acqua di sorgente Spring Water Trail		

Einkehrmöglichkeiten Punti di ristoro Refreshment stops



WICHTIG · IMPORTANTE · IMPORTANT

Die Straße zur Seiser Alm ist von 9 bis 17 Uhr für den Tagesverkehr gesperrt, sofern die Seiser Alm Bahn geöffnet ist.
La strada per l'Alpe di Siusi è chiusa al traffico dalle ore 9 fino le ore 17, quando la cabinovia Alpe di Siusi è aperta.
The road to the Seiser Alm is closed to daytime traffic from 9 am to 5 pm if the Seiser Alm Aerial Cableway is open.

Biken ist nur auf den eigens ausgewiesenen Wegen erlaubt!
Il ciclismo è permesso solo sui sentieri appositamente designati!
Biking is only allowed on the specially designated trails!



Bereitet euch auf eure Touren vor, indem ihr den Wetterbericht beachtet, die passende Ausrüstung mitführt und festes Schuhwerk anzieht.
Preparatevi per le vostre escursioni osservando le previsioni del tempo, indossando scarpe robuste e portando con voi l'attrezzatura adatta.
Prepare yourself for your tours by noting the weather forecast, carrying the right equipment and wearing sturdy shoes.



Bleibt auf den markierten Wanderwegen. Rimanete sui sentieri segnati.
Remain on the designated hiking trails.



Füttert und streichelt das Vieh nicht. Non date da mangiare né accarezzate il bestiame.
Do not feed or stroke the livestock.



Vermeidet Abfall, lasst ihn nicht zurück. Evitate e non abbandonate rifiuti.
Avoid waste and do not leave rubbish.



Leinenpflicht im gesamten Gebiet. Obbligo di guinzaglio in tutta l'area.
Leash obligation in the entire area.



Auf Wegen, die von Wanderern und Radfahrern gemeinsam genutzt werden, bitten wir um rücksichtsvolles Verhalten gegenüber den Anderen und der Natur.
Sui sentieri che vengono utilizzati da escursionisti e ciclisti, vi preghiamo di comportarsi in modo rispettoso nei confronti degli altri e della natura.
On trails shared by hikers and mountainbikers please behave considerately and responsibly towards others and the nature.



Nehmt ausreichend Flüssigkeit mit und nutzt die Trinkwasserauffüllpunkte zur Erfrischung unterwegs.
Portate con voi abbastanza liquidi e utilizzate i punti di rifornimento d'acqua potabile per rinfrescarvi durante il tour.
Take sufficient liquids with you and use the refill points for drinking water during the tour.



Nehmt keinen unnötigen Ballast mit. In unseren bewirtschafteten Hütten und Almen bekommt ihr alles was ihr braucht.
Non portare inutile zavorra con voi. I gestori dei rifugi e delle baite vi offrono tutto ciò di cui avete bisogno.
Do not take unnecessary ballast with you. In our chalets and alpine huts you get everything you need.