

Dietmar Mitterer-Zublasing

WAN
DERN
FÜR DIE
SEELE



Wohlfühlwege

Südtirol
DROSTE

Dietmar Mitterer-Zublasing

Südtirol

Wandern für die Seele

20 Wohlfühlwege

Droste Verlag



ALLE WANDERUNGEN AUF EINEN BLICK



TOUR 1: IMPOSANTE SPITZEN

7

Am Fuß der Geislergruppe

13,9 km | 890 Hm | 6,5 Std. | Rundweg



TOUR 2: LAURINS REICH

15

Wohnleger Weiher und Völsegg

8,2 km | 376 Hm | 3 Std. | Rundweg



TOUR 3: EIN KRAFTORT

23

Zu den Stooanernen Mandln

13,5 km | 669 Hm | 5,5 Std. | Rundweg



TOUR 4: SANFTE BERGKUPPEN

31

An der Ostflanke des Gsieser Tals

11,1 km | 706 Hm | 5 Std. | Rundweg



TOUR 5: UNVERHOFFTER BLICK

41

Naturner Alm und Vigljoch

13,9 km | 749 Hm | 5,5 Std. | Rundweg



TOUR 6: SARNER AUSBLICKE

49

Seebergseen und Villanderer Alm

10,9 km | 832 Hm | 6 Std. | Rundweg



TOUR 7: BOZEN VON OBEN

57

Vom Penegal zum Bergner Kreuz

11,1 km | 592 Hm | 4,5 Std. | Rundweg



TOUR 8: DOLOMITENGRANDEN

65

Rund um Plattkofel und Langkofel

14,6 km | 748 Hm | 6 Std. | Rundweg



TOUR 9: TÖRGGELE-GENUSS

75

Zwischen Klausen und Feldthurns

12,3 km | 693 Hm | 5 Std. | Rundweg



TOUR 10: WEIN-HOCHGEFÜHLE

85

Zwischen Tramin und Kurtatsch

12,2 km | 507 Hm | 4,5 Std. | Rundweg



TOUR 11: ALM-GENUSS

93

Rundweg Altfasstal

11,6 km | 473 Hm | 4 Std. | Rundweg



TOUR 12: ALPENROSENRAUSCH

101

Von Schlinig zum Sesvennasee

14,1 km | 1106 Hm | 7,5 Std. | Rundweg



TOUR 13: GRENZWANDERUNG

113

Rund um Altrei

10,1 km | 442 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



TOUR 14: ZUR BURG JUVAL

121

Drei Waalwege im Untervinschgau

14,4 km | 717 Hm | 5 Std. | Rundweg



TOUR 15: MAGISCHER ORT

131

Besuch in Castelfeder

3,6 km | 186 Hm | 1,5 Std. | Rundweg



TOUR 16: BURGEN & KASTANIEN

141

Von Prissian nach Grissian

8,8 km | 497 Hm | 4 Std. | Rundweg



TOUR 17: WILDE WASSER

151

Traumweg durch die Passerschluft

13,8 km | 577 Hm | 5 Std. | Rundweg



TOUR 18: WASSER UND WEIN

159

Vom Kalterer See nach Altenburg

13,7 km | 620 Hm | 6 Std. | Rundweg



TOUR 19: GLETSCHERSPASS

169

Über den Neveser Höhenweg

13,0 km | 970 Hm | 6,5 Std. | Rundweg



TOUR 20: ÜBERRASCHUNGEN

181

Rund um die Montiggler Seen

13,1 km | 532 Hm | 4,5 Std. | Rundweg



Liebe Wanderer und Berggeher,

als vor etlichen Jahren Weblogs wie Pilze aus dem Boden schossen, wollte ich als Internetspezialist auch einen solchen schreiben. Es war die Geburtsstunde von www.diewanderer.it, meines Wanderblogs der etwas anderen Art. Kein typischer Wanderführer, eher persönliche Geschichten. Jetzt wage ich mit diesem gedruckten Wanderführer den Sprung in die analoge Welt.

„Tuckernd kommt uns ein Transporter entgegen. Das typische Arbeitsgefährte der Bergbauern Tirols. Ein hagerer Mann mittleren Alters, sein Gesicht gezeichnet von schwerer Bauernarbeit, trotzdem von freundlichem Gemüt, daneben eine Nonne ...“

Solche Erzählungen und Eindrücke werden Sie in diesem Buch nicht finden. Die würden den Rahmen sprengen. Aber wenn Sie beim Wandern die Augen für die Menschen und ihre Geschichten offen halten, mit ihnen reden, dann werden Sie derartige Momente selbst erleben.

Erkunden Sie mit den Tipps in diesem Buch Südtirol, von den Weinlandschaften im Süden bis hin zu den hochalpinen Bergen im Norden. Es geht nicht um Gipfelsturm-wettbewerbe, es geht ums Wandern – darum, die Schönheit dieses Fleckchens Erde zu spüren, hautnah zu erleben, vielleicht auch um Anregungen zum Nachdenken über Land und Leute. Kurz: Es geht ums Wandern für die Seele!

Viel Freude beim Kennenlernen der Südtiroler und ihres Landes!

Ihr Dietmar Mitterer-Zublasing 



NATUR-INFO



KULTUR-INFO



TOUREN-/EVENT-INFO



GENUSS-INFO



Die Schreibung von Südtiroler Flurnamen ist auf Wegweisern und Landkarten oft unterschiedlich.

Damit kann sie von der Schreibung im Buch abweichen. Diese richtet sich in Zweifelsfällen in der Regel nach dem Südtiroler Fluratlas.

- * 13,9 Kilometer
- * 890 Höhenmeter
- * 6,5 Stunden
- * Rundweg



**Unter den mächtigen
Geislerspitzen**

Imposante Spitzen

Am Fuß der Geislergruppe



St. Johann in Ranui ① posiert schon seit fast 300 Jahren kokett vor den mächtigen Geislerspitzen. Das malerische Kirchlein ist mittlerweile als weltbekannter Foto-Hotspot in die Schlagzeilen geraten. So sieht sich der Grundeigentümer bemüht, Schutzmaßnahmen zu ergreifen. Ein Zaun und ein Drehkreuz sollen allzu rücksichtslosen Fotoknipsern Einhalt gebieten.

Genau dieses Kirchlein ist unser Ausgangspunkt. Das hat auf den ersten Blick nicht viel mit einer Auszeittour zu tun – doch wir werden sie dazu machen. Vielleicht knipsen wir dieses Lieblingsmotiv aller Touristen auch. Aber anders als die anderen, die nur des Fotos wegen anreisen, zieht es uns anschließend weg von den Menschenmassen, in die pure Natur. Wir packen den Wanderrucksack auf die Schultern und nehmen den Wanderweg **Nr. 28** hinauf zu den Geislern in Angriff.

Es geht angenehm schattig zuerst entlang des **Villnößer Baches**, dann entlang des **Broglesbaches** empor. Bei einer Gabelung sehen wir Wegweiser nach links zur Geisler-Alm und Gschnagenhardt-Alm, orientieren uns aber nach rechts Richtung **Brogles-Alm (Nr. 28)**.

War der Weg bis hierher noch ein breiter Forstweg, geht er nun allmählich in einen Wanderpfad über. Er wird stetig steiler und führt schließlich an den Hängen oberhalb des tief eingeschnittenen Broglesbaches empor. Trotz ordentlicher Steigung ist unser Tempo flott. So kommen wir nach insgesamt 5 Kilometern recht schnell auf den beliebten **Adolf-Munkel-Weg** und treffen jetzt direkt auf den **Broglesbach** ②.



*Die **Kirche St. Johann in Ranui**, auch Johanneskirche in Villnöß genannt, steht auf privatem Grund des Ranuihofes – mit schindelgedecktem Satteldach, Zwiebelturm und barocker Ziermalerei, aber vor allem wegen der Lage vor dem Hochgebirgsmassiv ein schmuckes Kirchlein.*



**Postkartenmotiv
St. Johann in Ranui**

Über uns erheben sich im Gegenlicht die dunklen Felswände der Geislergruppe. Der Anblick der imposanten Dolomitenspitzen begeistert. Doch die Kinder haben nur Augen für das quirlige Rinnsal des Broglesbachs. Eine kleine Staumauer bauen, sie mit Blümchen schmücken, eine Brücke für die Ameisen zurechtlegen, einen Schmetterling bezirzen – die Kleinen sind in ihrem Element. Die Großen genehmigen wohlwollend die eingeforderte Auszeit.



Nur noch 10 Minuten geht es, dem Adolf-Munkel-Weg folgend, bis zur **Brogles-Alm** hinauf. Die Landschaft am Fuß der Geislergruppe ist geprägt von lichten Kiefern, Latschenwald und Geröllfeldern. Anders ist es auf der Brogles-Alm. Hier bestimmen saftige Weiden, die bis zum Brogles-Sattel hinauf reichen, das Landschaftsbild. Der Kontrast zu den markigen Dolomitengipfeln könnte nicht größer sein.

Beim Schutzhaus **Brogles-Alm** ③ kann man gut einkehren, gemütlich den Alltag



Für die Seele

Ein plätscherndes Rinnsal an der Baumgrenze,
im Schatten mächtiger Bergriesen – um uns nur
die Elemente Wasser, Erde, Luft: Auszeit pur!

vergessen, zu Mittag essen. Wäsche flattert im Wind, Braunvieh weidet auf den Almwiesen, die steil in den Himmel ragenden Geislerspitzen machen das Südtirol-Klischeebild perfekt. Wäre es nicht echt, man würde es für ein künstliches Arrangement eines Experten für Tourismuswerbung halten. Nur die vielen Menschen beeinträchtigen ein klein wenig die werbewirksame „Einsamkeit“ des Almgebiets. Doch das ist nicht weiter schlimm, denn die Wiesenflächen sind weitläufig. Platz, um sich auszuklinken und eine Auszeit zu nehmen, ob mit sich selbst oder mit seiner Familie, gibt es genug!

**Spielspaß am
Broglesbach**





Auszeitour 1



Auf der **Gschnagenhardt-Alm** gibt es traditionelle Gerichte wie Marenden, Knödel und Kaiserschmarrn. Die Geisler-Alm bietet darüber hinaus gehobene Küche mit Rehrücken oder Lammkoteletts vom Villnößer Brillenschaf, einer Rasse, die Villnößer Züchter vor dem Aussterben bewahrt haben.

Der ganz besondere Ort hält uns länger als geplant fest. Klar, wer kann sich schon der anziehenden Kraft der Pana-Scharte, der Großen Fermeda, der Mittagsspitze, der Mittagsscharte, des Sas Rigais (3025 m) und der Furchetta entziehen? Doch dann heißt es aufbrechen. Der Adolf-Munkel-Weg, die Gschnagenhardt-Alm und die Geisler-Alm warten!

Gemütlich schlängelt sich der Weg, der nach dem ersten Vorsitzenden des Deutsch-Österreichischen Alpenvereins benannt ist, am Fuß der mächtigen Dolomitenriesen entlang. Wir passieren die Abzweigung zur Pana-Scharte, dem Einschnitt unterhalb der Sece-da, und dann die Abzweigung zur Mittagsscharte. Ein weißes Geröllfeld liegt vor uns. Es geht mittendurch, dann folgt ein kurzer Anstieg. Schließlich bringt uns der links abzweigende Wandersteig **Nr. 34** mit Richtung **Gschnagenhardt** und **Geisler-Alm** weg vom Adolf-Munkel-Weg. So gelangen wir auf die herrlichen Almwiesen rund um die beiden recht nahe beieinanderliegenden Almen.

Geisler-Gruppe von der Brogles-Alm





Gschnagenhardt-Alm

Auch hier gibt es genügend Touristen mit Fotoapparaten. Wieder mag sich der Leser die Frage stellen, was das nun mit Auszeit zu tun habe. Der Größe der Almen ist es zu verdanken, dass der Wanderer auch hier seine Rückzugsorte findet und trotz internationaler Bekanntheit dieses „Point of Interest“ das Flair von Magerwiesen mit typischer Alpenflora unter der mächtigen Geislergruppe genießen kann.

Je nach Lust und Laune können wir entweder bei der **Gschnagenhardt-Alm ④** als auch bei der **Geisler-Alm ⑤** einkehren und ehrfürchtig das Bergkino mit der gewaltigen Furchetta und dem Dolomiten-Dreitausender Sas Rigais bestaunen. Grandios!

Etwas mehr als die Hälfte des geplanten Rundwegs liegt hinter uns und der Rückweg vor uns. Der Wanderweg **Nr. 34** ist jetzt ein breiter Forstweg. Er biegt circa 100 Meter hinter der Geisler-Alm nach links ab und führt nach





Auszeitour 1

St. Magdalena hinunter. Wir marschieren zügig den Schotterweg entlang, kürzen eine Doppelserpentine auf einem 50 Meter langen Steig ab, schreiten wieder auf dem Forstweg durch zwei weitere Serpentin und wandern bei einer dritten Serpentine geradeaus auf dem Steig **Nr. 34 A** weiter. Der führt uns zuerst nach Westen, dann nach Süden, wieder mit Serpentin, bis zum **Broglesbach**. Kurz darauf hat uns der Wanderweg **Nr. 28** wieder, über den wir aufgestiegen sind. Ihm folgen wir bis zum **Hochseilgarten Villnöß 6** und weiter bis zum **Viertel Ranui** hinunter. Wieder gilt unser neugieriger Blick dem Postkartenmotiv Ranui-Kirchlein mit Geisler-Hintergrund, bevor wir das Villnößtal glücklich und zufrieden verlassen.





Entspannung ★★★★★

Genuss ★★★★★

Romantik ★★★★★



WIE & WANN:

Alm- und Bergpfade; beste Wanderzeit Juni bis Oktober;
Schneeverhältnisse klären

HIN & WEG:

Auto: Parkplatz in St. Magdalena, I-39040 Villnöß (GPS: 46.638483, 11.718100)

ÖPNV: Ab Brixen Bus 330 bis St. Magdalena (Villnöß), Haltestelle Ranui

ESSEN & ENTSPANNEN:

Brogles-Alm ③ I-39040 Lajen, Tel. (+39/04 71) 65 56 42

Gschnagenhardt-Alm ④ I-39040 Villnöss, Tel. (+39/04 72) 84 01 58,
www.gschnagenhardthalm.it

Geisler-Alm ⑤ I-39040 Villnöss, Tel. (+39/3 39) 6 04 46 85,
www.geisleralm.com

ENTDECKEN & ERLEBEN:

Kirche St. Johann in Ranui ①

Broglesbach ②

Brogles-Alm ③ 360°-Foto: www.suedtirol-360.com/051

Hochseilgarten Villnöß ⑥ Tel. (+39/04 72) 84 06 02, www.hochseilgarten-villnoess.it