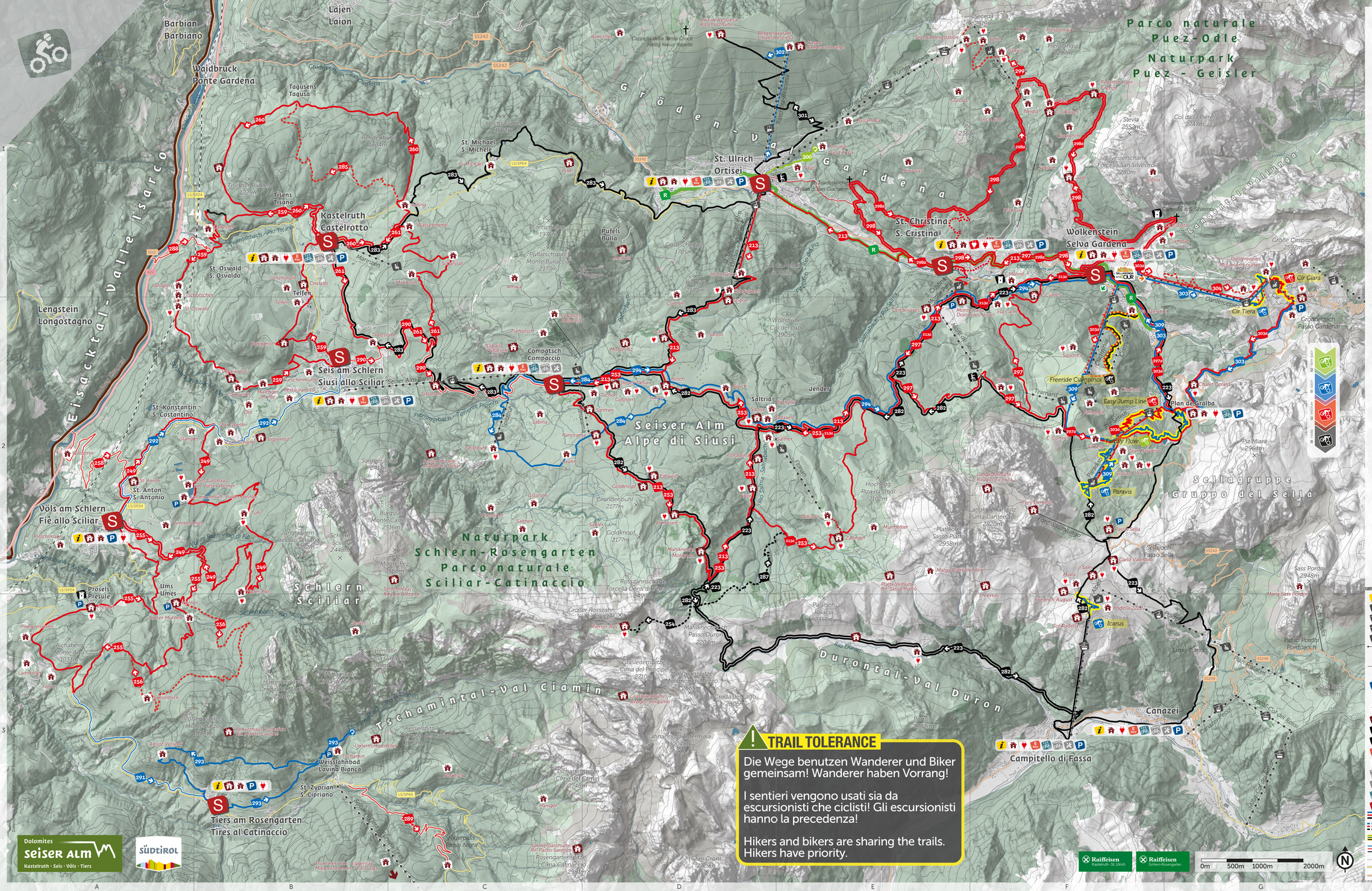


SEISER ALM | ALPE DI SIUSI

VÖLS AM SCHLERN | FIÈ ALLO SCILIAR (A2)

240	Hofer Alpl-Runde Tour alla malga Hofer Alpl	16,6 km | 680 hm
233	Schnaggenkreuz-Runde Giro Schnaggenkreuz Variante Tschafon	16,5 km | 580 hm
234	Variante Monte Cavone	7,1 km | 410 hm
235	Verbindung Eisacktal I Collegamento Valle Isarco I	4,9 km | 490 hm
321	Verbindung Völser Aicha-Tiers Collegamento Aica di Fiè-Tires	4,7 km | 150 hm
172	Verbindung Völs-Seis Collegamento Fiè-Siusi	7,3 km | 220 hm

KASTELRUTH | CASTELROTTO (B1)

256	Tagusens-Runde Giro di Tagusa	12,8 km | 510 hm
261	Marinzen-Tour Tour di Marinzen	11,3 km | 500 hm
258	Puflatsch-Umrundung Giro della Bullaccia	28,3 km | 1130 hm
260	Variante Moosbühel Variante collina Moosbühel	4,8 km | 80 hm
259	Verbindung Eisacktal II Collegamento Valle Isarco II	1,8 km | 170 hm

SEIS AM SCHLERN | SIUSI ALLO SCILIAR (B2)

229	St. Oswald-Tour Tour di S. Osvaldo	16,9 km | 690 hm
230	Verbindung Seis-Compatsch Collegamento Siusi-Compaccio	9,6 km | 830 hm

TIERS AM ROSENGARTEN | TIRES AL CATINACCIO (B3)

289	Verbindung Nigerpass Collegamento Passo Nigra	5,1 km | 560 hm
292	Wuhnleger-Runde Giro del laghetto Wuhnleger	10,4 km | 460 hm

COMPATSCH | COMPACCIO (C2)

213	Panorama-Tour Seiser Alm / Gröden Tour panoramico Alpe di Siusi / Val Gardena	36,0 km | 680 hm
253	Seiser Alm Hütten-Tour Tour dei Rifugi dell'Alpe di Siusi	22,6 km | 850 hm
254	Zufahrt Tierser Alpl Accesso al Rifugio Alpe di Tires	1,9 km | 300 hm
282	Durontal-Tour gegen den Uhrzeigersinn Tour Val Duron senso antiorario	41,0 km | 1030 hm
287	Spitzbühl-Runde Giro dello Spitzbühl	9,5 km | 330 hm
287	Variante Rosszähne Variante Denti di Terrarossa	4,4 km | 170 hm
294	Verbindung Compatsch-Sellaronda Collegamento Compaccio-Sellaronda	15,7 km | 310 hm

GRÖDEN | VAL GARDENA

Talradweg / Ciclabile / cycle path

ST. ULRICH | ORTISEI (D1)

213	Panorama-Tour Gröden / Seiser Alm Tour panoramico Val Gardena / Alpe di Siusi	36,0 km | 680 hm
100	Family Tour Annatal Family Tour Val d'Anna	2,9 km | 110 hm
101	Raschötz-Tour Tour Resciesa	14,1 km | 930 hm
102	Variante Raschötz Tour Variante Tour Resciesa	2,9 km | 10 hm

ST. CHRISTINA | S. CRISTINA (E1)

297	Mont Sëura-Tour Tour Mont Sëura	18,2 km | 740 hm
296	Mont Sëura-Tour Variante Tour Mont Sëura variante	9,3 km | 190 hm
298	Regensburger Hütte-Runde Tour Rifugio Firenze	24,2 km | 910 hm
298	St. Jakob - Regensburger Hütte-Runde Tour San Giacomo - Rifugio Firenze	24,2 km | 910 hm
299	Variante Regensburger Hütte-Runde Variante Tour Rifugio Firenze	2,9 km | 390 hm

WOLKENSTEIN | SELVA GARDENA (F1)

112	Panoramatour La Selva / Seiser Alm Tour Panoramico La Selva / Alpe di Siusi	24,8 km | 870 hm
123	Durontal-Tour im Uhrzeigersinn Tour Val Duron senso orario	41,5 km | 1750 hm
103	Grödnerjoch-Tour Tour Passo Gardena	14,9km | 190 hm
99	Trail Arena Tour Trail Arena Tour	29,6 km | 220 hm
104	Variante Grödnerjoch-Tour Variante Tour Passo Gardena	4,5 km | 640 hm
105	Plan de Gralba / Sellajoch-Tour Tour Plan de Gralba / Passo Sella	15,3 km | 90 hm

- Info
- Sessellift | Seggiovia | Chairlift
- Gondelbahn | Cabinovia | Gondola
- Seilbahn | Funivia | Cableway
- Standseilbahn | Funicolare | Funicular
- Lifte (im Sommer geöffnet, MTB-Transport)
  Impianti di risalita (aperti in estate, trasporto MTB)
  Lifts (open in summer, MTB-Transport)
- Lifte (im Sommer geöffnet, KEIN MTB-Transport)
  Impianti di risalita (aperti in estate, NO trasporto MTB)
  Lifts (open in summer, NO MTB-Transport)
- Parkplatz | Parcheggio | Parking
- Kirche | Chiesa | Church
- Restaurants / Hütten / Einkehrmöglichkeiten
  Ristoranti / Baite / Ristori
  Restaurants / Huts / Refreshments
- Schutzhütten / Hotels | Rifugi / Hotels | Refuges / Hotels
- Schloss | Castello | Castle
- Hochseilgarten | Parco avventura | Adventure park - ZIP LINE
- E-bike Verleih | Noleggio e-bike | e-bike rental
- E-bike Ladestation | Ricarica e-bike | e-bike charging
- Bike Verleih | Noleggio biciclette | Bike rental
- Werkstatt | Punto riparazione biciclette | Reparation
- Waschanlage | Punto lavaggio biciclette | Bike-wash
- Startpunkte | Punti di partenza | Starting points
- MTB Strecken | Percorsi MTB | MTB routes
- MTB Strecken Varianten
  Percorsi MTB varianti | Alternative MTB routes
- Single Trails
- Verbindungen MTB Strecken
  Collegamenti percorsi MTB | Connections MTB tracks
- Gemeindestraßen | Strade secondarie | Secondary roads
- Landstraßen | Strade principali | Primary roads
- Bundesstraßen | Strade statali | Main roads

S0 · STAY EASY
S1 · EASY
S2 · MEDIUM
S3 · HARD

Data: © Tourismusverein Seiser Alm, Alpe di Siusi
Cartography: Kompass-Karten GmbH, Innsbruck
2022

DE MTB SEISER ALM

Die Bikeregion Seiser Alm/Gröden bietet unzählige Bike-Touren und Trails in allen Schwierigkeitsgraden sowie Bike-Unterkünfte, MTB-Schulen und Verleihe. Auf den perfekt präparierten Strecken für Genuss-Biker, Familien mit Kindern und Panorama-Biker kann die eindrucksvolle Landschaft der Dolomitenregion Seiser Alm auf zwei Rädern erkundet werden. Von der superleichten Genusstour bis hin zu anspruchsvollen Anstiegen ist alles dabei und entlang der Strecken laden urige Hütten zur Einkehr und zum Verweilen ein.

WICHTIG: Bitte bleibt auf den offiziellen Bike-Routen, die in dieser Karte zu finden sind. Alle Wege, die nicht in der Karte eingetragen sind, sind aus verschiedenen Gründen nicht für die Nutzung mit einem Mountainbike oder E-Bike geeignet und dürfen daher nicht befahren werden.

Wir bitten um einen rücksichts- und respektvollen Umgang mit Natur und Mensch.

Herzlichen Dank!

IT MTB ALPE DI SIUSI

Il comprensorio per mountain bike Alpe di Siusi/Val Gardena offre numerosi tour per principianti e professionisti, alberghi "bike-friendly" e noleggi professionali di biciclette. Fun & action su percorsi perfettamente preparati per cicloturisti, famiglie con bambini e ciclisti che amano ammirare il panorama consentono di scoprire su due ruote il suggestivo paesaggio della regione dolomitica Alpe di Siusi. Inoltre, tutti i percorsi possono essere completati da un viaggio gastronomico nei tradizionali rifugi che invitano a una piacevole pausa di relax.

IMPORTANTE: Tutti i tour elencati sulla cartina sono i tour MTB ufficiali. Tutti i sentieri che non appaiono sulla cartina non sono adatti all'uso della mountainbike o e-bike per vari motivi e non possono essere percorsi.

Il rispetto della natura e delle persone è essenziale per una convivenza pacifica.

Grazie!

EN MTB SEISER ALM

The biking region of the Seiser Alm/Val Gardena offers countless MTB tours for beginners and pros, bike-friendly accommodation, professional bike rental and bike schools. Perfectly groomed tracks for hobby-bikers, families with children and scenery-cyclists lead the way around the breathtaking countryside of the Dolomites Region Seiser Alm. All routes can be tied in with a gourmet tour. Rustic huts along the routes welcome you for a stop-off and a relaxing break.

IMPORTANT: All tours listed on the map are official. All paths that do not appear on the map are for different reasons not suitable for use with a mountain bike or e-bike and should therefore not be ridden.

We ask for a considerate and respectful treatment of nature and fellow men.

Thank you !

600 km Bikespaß
km di divertimento in bici
km bike fun

20 MTB-Strecken
percorsi MTB
MTB tracks

16 Varianten und Verbindungen
varianti e collegamenti
alternative routes and connections

8 Startpunkte
punti di partenza
starting points

© Seiser Alm Marketing, Harald Wisthaler, Werner Dejori

Auf der Suche nach dem richtigen Bike-Equipment?
Alla ricerca dell'equipaggiamento giusto?
Looking for the right bike-equipment?

Entdecke die Region während einer geführten Tour!
Scopri la regione con un tour guidato!
Discover the region with a guided tour!

Bike-freundliche Unterkünfte
Alberghi "bike-friendly"
Bike-friendly hotels

www.mtb-dolomites.com

Notruf
Tel emergenza
Emergency **112**

LEITSYSTEM
SEGNALETICA | SIGNAGE SYSTEM

Richtung
direzione | direction

Schwierigkeitsgrad
difficoltà | difficulty

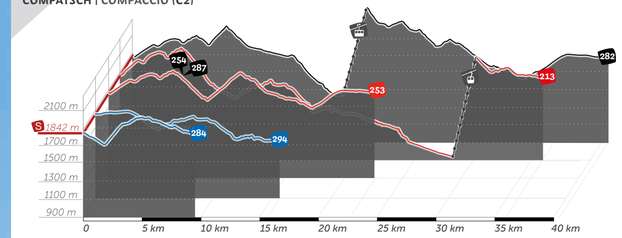
Streckennummer & Name
numero & nome percorso | route number & name

Leicht | facile | easy
Keine extreme Steigung, geringe konditionelle Fähigkeiten erforderlich.
Non presenta particolari salite, non richiede particolari condizioni fisiche.
No particular climbs and minimal conditional skills required.

Mittelschwierig | difficoltà media | medium
Teils steilere Anstiege, allgemeine Fitness und konditionelle Fähigkeiten erforderlich.
A tratti salite piuttosto ripide, richiede una buona condizione e capacità fisiche.
Occasional steeper sections, medium level of fitness and conditional skills required.

Schwierig | difficile | difficult
Extreme Steigungen möglich, gute bis sehr gute Kondition und regelmäßiges Training erforderlich.
Tratti in pendenza estrema, presuppone condizioni fisiche da buone a ottime e un allenamento continuo.
Steep sections, higher level of fitness and conditional skills required.

COMPATSCH | COMPACCIO (C2)



213 Panorama-Tour Gröden / Seiser Alm — 36,0 km | 680 hm
Tour panoramico Val Gardena / Alpe di Siusi
Beim Klassiker der Touren lässt sich durch die kraftsparende Liftunterstützung das Bergpanorama in vollen Zügen genießen.
Il più classico dei percorsi offre la possibilità di risparmiare le forze affidandosi agli impianti di risalita senza rinunciare, comunque, al magnifico panorama.
A timeless gem of a tour: fully enjoy the mountain scenery by saving energy using one of the many lift facilities.

284a Spitzbühl-Runde | Giro dello Spitzbühl — 9,5 km | 330 hm
Eine leichte und kurze MTB-Rundtour auf der Seiser Alm - gut mit anderen Touren und Verbindungen kombinierbar.
Facile tour circolare sullo Spitzbühl, abbinabile ad altri itinerari e collegamenti.
An easy loop route of the Spitzbühl, which also ties in well with other tours and link routes.

287 Variante Rosszähne | Denti di Terrarossa — 4,4 km | 170 hm
Die Variante Rosszähne bildet eine Abweichung von der Seiser Alm-Hüttentour und bietet sich für trainierte Radfahrer an, die sich vor der Abfahrt nach Saltria nochmal richtig auspowern wollen.
La Variante Denti di Terrarossa rappresenta una deviazione del Tour dei Rifugi Alpe di Siusi ed è riservata ai ciclisti esperti che desiderano esaurire tutte le loro energie prima di scendere a Saltria.
The Rosszähne variant diverges from the Seiser Alm hut tour, and is suitable for well-trained cyclists who want to tire themselves out before heading back to Saltria.

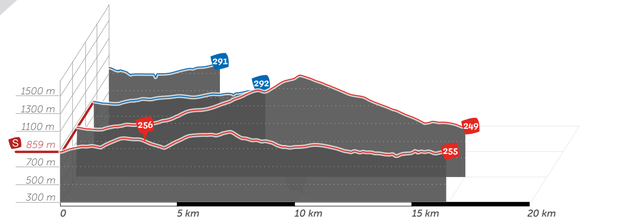
253 Seiser Alm Hütten-Tour | Rifugi Alpe di Siusi — 22,6 km | 850 hm
Ob Sportler oder Genießer – die abwechslungsreiche Strecke umrundet die ganze Seiser Alm und die zahlreichen Hütten laden zur Einkehr ein.
Il variegato tour è una sfida sportiva contraddistinta da paesaggi naturali per fare il giro dell' Alpe di Siusi e le numerose baite offrono momenti di refrigerio.
This variety-packed route circles the entire Seiser Alm and the mountain huts along the route welcome you for a stop-off and a relaxing break.

282 Durontal-Tour gegen den Uhrzeigersinn — 41,0 km | 1030 hm
Tour Val Duron senso antiorario
Weitläufige und anspruchsvolle Rundtour über die Seiser Alm ins Durontal und um die Langkofelgruppe.
Ampio e impegnativo itinerario circolare attraverso l'altipiano dell'Alpe di Siusi fino la Val Duron e tutt'intorno al Gruppo del Sassolungo.
Long, challenging loop route over the mountain plateau of the Seiser Alm to the Val Duron and around the Langkofel group.

254 Zufahrt Tierser Alpl | ⚠ — 1,9 km | 300 hm
Accesso al Rifugio Alpe di Tires
Die sehr steile Zufahrt zum Tierser Alpl bildet einen Zusatz zur Durontal-Tour und führt zum gleichnamigen Schutzhaus auf 2.440m.
Il ripidissimo accesso al Rifugio Alpe di Tires (2.440m) consente di prolungare il Tour Val Duron, conducendo al omonimo rifugio.
The exceptionally steep, difficult detour to the Alpe di Tires (2.440m) is a fantastic challenge for extremely competent bikers.

294 Verbindung Compatsch-Sellaronda — 15,7 km | 310 hm
Collegamento Compaccio-Sellaronda
Die Strecke verbindet die Seiser Alm mit Wolkenstein, dem Ausgangspunkt der eindrucksvollen Sellaronda, die sich für geübte Fahrer mit Guide empfiehlt.
Questo percorso collega l'Alpe di Siusi a Selva, punto di partenza del suggestivo Sellaronda, consigliato ai ciclisti esperti con una guida.
This stretch links the Seiser Alm with Wolkenstein, the set-off point for the beautiful "Sella Ronda" tour. Recommended for proficient cyclists accompanied by a guide.

VÖLS AM SCHLERN | FIÈ ALLO SCILIAR (A2)



249 Hofer Alpl-Tour — 16,6 km | 680 hm
Tour alla malga Hofer-Alpl
Idyllische Rundstrecke an den Hängen des Schlern vorbei an Völser Weiher und Tuff Alm bis zum Hofer Alpl.
Idiallico percorso circolare sui pendii dello Sciliar che oltrepassa il Laghetto di Fiè e la Malga Tuff e conduce fino alla Malga Hofer Alpl.
The idyllic loop route leads past the Völser Weiher Lake and the Tuff mountain hut to the Hofer Alpl mountain hut.

256 Variante Tschafon | Monte Cavone — 7,1 km | 410 hm
Mit den zusätzlichen Höhenmetern auf der Variante ist die Schnaggenkreuz-Runde auch für die Geübteren eine Option.
Il dislivello supplementare di questa variante rende il Giro Schnaggenkreuz allettante anche per i più esperti.
The extra elevation gain of this route offers an excellent alternative to the Schnaggenkreuz loop route, and is suitable for more experienced cyclists.

291 Verbindung Völser Aicha-Tiers — 4,7 km | 150 hm
Collegamento Aica di Fiè-Tires
Von Völser Aicha ist es über diese Verbindung nur noch ein kleines Stück bis zum Startpunkt in Tiers.
Questo itinerario accorcia la distanza tra Aica di Fiè e il punto di partenza a Tires.
This link route from Völser Aicha shortens the distance to the set-off point in Tiers.

255 Schnaggenkreuz-Runde — 16,5 km | 580 hm
Giro Schnaggenkreuz
Die ideale MTB-Einsteigerrunde führt auf einfachen nicht zu steilen Wegen am Schnaggenkreuz und dem Aichaberg vorbei bis zum Schloss Prösels.
Perfetto per i principianti: su sentieri facili e non eccessivamente ripidi, costeggia il Schnaggenkreuz e Presule, dove merita concedersi una gita all'omonimo castello.
This mountain bike route is excellent for beginners and leads past the Schnaggenkreuz and Prösels along leisurely, fairly level terrain; a detour to Castle Prösels is well-worth the effort.

258 Verbindung Eisacktal I — 4,9 km | 490 hm
Collegamento Valle Isarco I
Mit der südlichen Verbindung ist das Seiser Alm MTB Gebiet von Atzwang und dem Radweg im Eisacktal gut erreichbar.
Questo percorso collega il comprensorio per MTB Alpe di Siusi/Val Gardena al fondovalle della Valle Isarco, da cui è possibile intraprendere tour in direzione di Bressanone o Bolzano.
The Eisacktal I route links the Seiser Alm/Val Gardena bike region with the foot of the Eisacktal Valley, where you can head out on tours towards Brixen and Bolzano.

292 Verbindung Völs-Seis — 7,3 km | 220 hm
Collegamento Fiè-Siusi
Vom Startpunkt Völs führt die Verbindung direkt bis zum Startpunkt Seis ohne eine andere Strecke nehmen zu müssen.
Tour che unisce Fiè a Siusi su un percorso variegato tra i prati e i boschi alle falde dello Sciliar.
This tour links Völs with Seis, leading you through a variety-packed trail past meadows and forests at the foot of the Schlern mountain.

© Harald Wisthaler

Dolomites seiser alm | SÜDTIROL

MTB MAP
SEISER ALM / GRÖDEN
ALPE DI SUISI / VAL GARDENA

TICKETS | BIGLIETTI

NOCH MEHR BIKE-VERGNÜGEN MIT DEM RICHTIGEN TICKET!

ANCORA PIÙ DIVERTIMENTO CON IL BIGLIETTO GIUSTO!

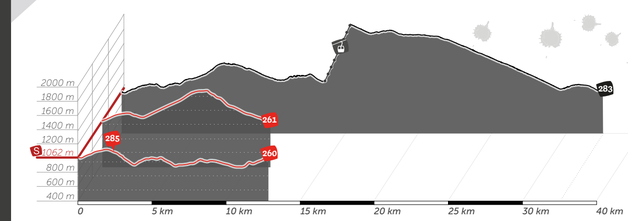
GET THE MOST OUT OF YOUR ADVENTURE WITH THE RIGHT TICKET!

DOLOMITI SUPERSUMMER

- SUPER SUMMER CARD
  mehr Infos | maggiori informazioni | more info : www.dolomitisupersummer.com
- COMBI CARD
  (inkl. | incluso | included bike transport)
  mehr Infos | maggiori informazioni | more info: www.seiseralm.it

Für mehr Informationen zu Öffnungszeiten und Bike-Transport:
Per maggiori informazioni riguardo a orari di apertura e trasporto bici:
For more info regarding opening hours and bike transport:
www.mtb-dolomites.com
Änderungen vorbehalten | salvo modifiche | subject to change

KASTELRUTH | CASTELROTTO (B1)



260 Tagusens-Runde | Giro di Tagusa — 12,8 km | 510 hm
Die naturbelassene Tagusens-Runde bietet Vielfalt und Abwechlungsreichtum und führt an den zwei beschaulichen Weilern Tisens und Tagusens vorbei.
Il Giro di Tagusa all'insegna della natura offre molteplicità e variazione e oltrepassa i due placidi borghi di Tisana e Tagusa.
The natural landscape of the Tagusens loop route offers endless variety, and leads past the two hamlets of Tisens and Tagusens.

285 Variante Moosbühel — 4,8 km | 80 hm
Variante collina Moosbühel
Für eine Abkürzung der Tagusens-Runde sorgt die Variante Moosbühel, die direkt nach Tagusens führt.
Questa variante del Giro di Tagusa conduce direttamente a Tagusa, abbreviando il tour.
The Moosbühel alternative is a shortcut of the Tagusens loop leading directly to Tagusens.

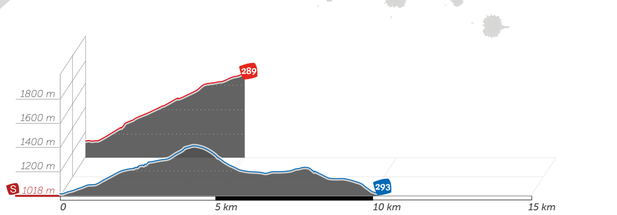
283 Puflatsch-Umrundung | Giro della Bullaccia — 28,3 km | 1130 hm
Die Umrundung des Puflatsches sorgt für ein längeres und anspruchsvolleres MTB-Erlebnis. Aufgrund der Sperre der Tränka Straße gibt es dieses Jahr eine Variante über St. Ulrich.
Lunga e impegnativa esperienza in sella con un notevole dislivello. A causa della chiusura della strada Tränka quest'anno il tour sarà sostituito con una variante attraverso Ortisei.
The loop-tour of the Puflatsch is a promise of a long, challenging mountainbiking experience. Due to the closure of the Tränka road, this year there is a variant via St. Ulrich.

288 Verbindung Eisacktal II — 1,8 km | 170 hm
Collegamento Valle Isarco II
Eine schnelle Verbindung vom Talradweg im Eisacktal zum Einstieg in die Bikeregion Seiser Alm/Gröden oder umgekehrt.
Rapido accesso dalla Valle Isarco all'emozionante comprensorio per mountainbike Alpe di Siusi/Val Gardena.
A fast link from the Eisacktal Valley bringing you to the mountainbike paradise of Seiser Alm/Val Gardena.

261 Marinzen-Tour | Tour di Marinzen — 11,3 km | 500 hm
Die ein wenig ansruchsvolle Familientour entlang des Puflatsches hinauf zum beliebten Familienausflugsziel - der Marinzenalm.
Tour per famiglie (un po' impegnativo), che sale all'Alpe di Marinzen, apprezzata meta per le gite con i bambini.
A fairly leisurely family tour to a popular destination for families - the Marinzen Alm.

© Seiser Alm Marketing, Harald Wisthaler, Werner Dejori

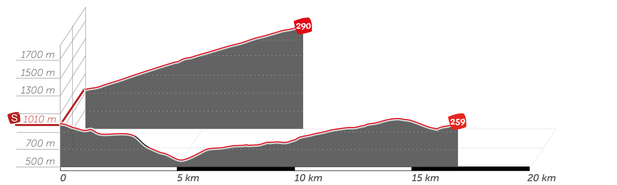
TIERS AM ROSENGARTEN | TIRES AL CATINACCIO (B3)



289 Verbindung Nigerpass | Passo Nigra — 5,1 km | 560 hm
Durch die Anbindung zu den MTB-Strecken im Eggental warten viele weitere MTB- und Singletrail-Erlebnisse!
Percorso che unisce il comprensorio per mountain-bike Alpe di Siusi-Val Gardena alla rete della Val d'Ega.
This stretch links the biking region of the Seiser Alm/Val Gardena with the mountain bike network in the Eggental Valley.

293 Wuhnleger-Runde | Laghetto Wuhnleger — 10,4 km | 460 hm
Auf der ruhigen MTB-Tour von Tiers nach St. Zyprian wartet am Wuhnleger (Weiher) eine beeindruckende Aussicht auf den Rosengarten.
In occasione di questo tranquillo tour da Tires a S. Cipriano, il laghetto Wuhnleger rivela un panorama mozzafiato sul Catinaccio.
This leisurely MTB-Tour from Tiers to St. Zyprian leads to the Wuhnleger lake which offers breathtaking views over the Rosengarten group.

SEIS AM SCHLERN | SIUSI ALLO SCILIAR (B2)



259 St. Oswald-Tour | S. Osvaldo ⚠ — 16,9 km | 690 hm
Die Tour führt an alten Höfen, Weilern und der Malenger Mühle vorbei. ACHTUNG: das Teilstück von km 3,2 bis km 4,2 ist sehr steil und eng!
Il tour costeggia antichi masi, il Mulino Malenger e l'imponente Sciliar. ATTENZIONE: il tratto dal km 3,2 al km 4,2 è molto ripido e stretto!
The tour leads past old farms, mills and the magnificent Schlern massif. ATTENTION: the section from km 3,2 to km 4,2 is very steep and narrow!

290 Verbindung Seis-Compatsch — 9,6 km | 830 hm
Collegamento Siusi-Compaccio
Als Alternative zur Seiser Alm Bahn können die Höhenmeter auch mit der eigenen Bein-Power bewältigt werden.
In alternativa alla Cabinovia Alpe di Siusi, è possibile superare il dislivello mettendo alla prova le proprie gambe.
As an alternative option to the Seiser Alm Aerial Cableway, you can tackle the ascent with pure pedal-power.

TOURS, LIFTS, HUTS and more...

Dolomites SEISER ALM — GET THE SEISER ALM OUTDOOR APP

© Seiser Alm Marketing, Harald Wisthaler

MTB-Guide empfohlen!
Guida MTB consigliata!
MTB guide commended!

INFO
SEISER ALM | ALPE DI SIUSI

info@seiseralm.it
Tel. +39 0471 709600
www.seiseralm.it

Impressum:
Konzept, Kartographie & Grafik (2022):
max2 gmbh - sign & design, Innsbruck
www.max2.at

WICHTIG | IMPORTANTE | IMPORTANT

Sei rücksichtsvoll beim Kreuzen und Überholen von Wanderern und gewähre Vortritt.
Dai la precedenza agli escursionisti e presta attenzione quando li incontri e superi.
Be considerate when you meet or overtake hikers and give them priority.

Schließe Gatter und Weidezäune nach der Durchfahrt.
Chiudi i cancelli e steccati che delimitano i pascoli dopo essere passato.
Close gates and pasture fences after passing through.

Hinterlasse keine Spuren. Nimm deine Abfälle mit und entsorge diese umweltgerecht.
Non lasciare tracce. Vi preghiamo di riportare i propri rifiuti a casa, per smaltirli correttamente.
Don't leave traces. Take your waste back home and dispose of it appropriately.

Infos zur Fahrrad-Mitnahme in den öffentlichen Verkehrsmitteln:
Informazioni sul trasporto bici sui mezzi pubblici:
Information about bicycle transport on public transport:
www.suedtirolmobil.info

Nutze die Brunnen mit zertifiziertem Trinkwasser, um deine Radflasche unterwegs aufzufüllen.
Utilizzate le fontane con l'acqua potabile certificata per riempire la vostra borraccia.
Use the fountains with certified drinking water to fill up your bike bottle on the way.

Brunnen & Tipps zum achtsamen Umgang mit der Natur:
Fontane & consigli per un comportamento rispettoso dell'ambiente:
Fountains & tips to act respectfully in the mountains:
www.seiseralm.it/respectthemountain