



DATI TOUR		Percentuale Lunghezza
Lunghezza complessiva	46,58 km	100%
Dislivello in salita	2139 m	
Dislivello in discesa	2139 m	
Elevazione massima	2447 m	
Asfalto	0,60 km	1,3%
Pista ciclabile asfaltata	20,41 km	43,8%
Sterrato	18,09 km	38,9%
Bosco/Prato/Sentiero	5,86 km	12,6%
Sentiero/Single Track	1,59 km	3,4%
Spingere/Portare	0,00 km	0,0%
Cabinovia/Transfer	0,00 km	0,0%

TEMPO TOTALE	Tempo guida senza pause
A 10 km/h di media	4 ore 39 min
A 12 km/h di media	3 ore 53 min
A 14 km/h di media	3 ore 20 min
A 16 km/h di media	2 ore 55 min
A 18 km/h di media	2 ore 35 min
A 20 km/h di media	2 ore 20 min

COME ARRIVARE E LUOGO DI PARTENZA

Come arrivare:	Partenza:
<p>Se si arriva da nord: Uscita A 22 a Chiusa - Alpe di Siusi, prendere la SS 12 fino a Ponte Gardena, direzione Alpe di Siusi.</p> <p>Se si arriva da sud: Uscita A 22 Bolzano Nord, SS 12 fino a Prato all'Isarco, direzione Alpe di Siusi.</p>	<p>In tutte le località vi sono vari parcheggi e garage sotterranei. I parcheggi segnati in blu sono a pagamento. Il ticket per il parcheggio dev'essere ritirato presso i distributori automatici. Tutti gli altri parcheggi sono gratuiti.</p> <p>Il tour inizia presso l'Associazione turistica di Siusi.</p>

VALUTAZIONE		
Difficoltà complessiva	4,0	●●●●○
Difficoltà in salita	4,1	●●●●○
Difficoltà in discesa	3,8	●●●●○

CONDIZIONE FISICA		
Condizione complessiva	4,5	●●●●○
Dislivello complessivo	5,0	●●●●●
Lunghezza complessiva	4,0	●●●●○
Elevazione massima	4,0	●●●●○

TECNICA DI GUIDA		
Tecnica di guida	3,5	●●●○○
Superficie	2,9	●●●○○
Elevazione media salita	4,0	●●●●○
Elevazione media discesa	4,0	●●●●○

PROFILO EMOZIONALE		
Panorama	5,0	●●●●●
Divertimento	5,0	●●●●●

CARATTERISTICHE

Uno dei tour più belli, che offre tutto e molto di più agli appassionati della mountain bike. Una lunga e varia ascesa di quasi 2.000 metri di dislivello, che offre un'ascesa impegnativa anche per i più esperti e ampie possibilità di ristoro in alcune delle malghe più belle della regione. L'obiettivo è il Rifugio Alpe di Tires, uno dei rifugi posizionati più in alto e raggiungibile in mountain bike che si trova ai piedi degli spettacolari Denti di Terrarossa/Rossezähne. E una discesa impegnativa dal punto di vista tecnico, che soprattutto nella seconda parte vi attende con alcuni tratti ardui, adatti agli

amanti della tecnica di guida. Un tour da sogno per coloro che sono molto preparati sia fisicamente, che da un punto di vista tecnico!

Partendo dall'Associazione turistica di Siusi e percorrendo i primi chilometri che portano all'Infopoint di San Valentino e alla strada panoramica che porta alla località Wasserebene, questi primi chilometri possono essere utilizzati come riscaldamento. Poi vi è l'ascesa impegnativa che porta a Schafstall: A 200 m di dislivello più in alto la strada da Maritzen a Gstatsch è super scorrevole.

Di qui si parte con un tratto di allena-





mento. Per i prossimi 250 metri di dislivello si pedala sulla strada dell'Alpe di Siusi, chiusa al traffico dalle ore 9 fino al parcheggio. Non vi è qui un altro ragionevole tracciato. Dal parcheggio Spitzbühel il tour diventa nuovamente più ripido; con una media di 15% di dislivello vi è una stretta strada asfaltata che porta alla



stazione a monte della seggiovia Spitzbühel. La baita omonima troneggia come un falco sulla valle. Dalla terrazza la punta Santner/Santnerspitze, che rappresenta il finale dello Sciliar/Schlern su nord - ovest- appare tanto vicina come se si potesse toccare con un dito. A partire da Spitzbühel inizia la maratona panoramica e di baite, malghe e rifugi all'Alpe di Siusi. Sulla strada che porta davanti alla Baita Laurin, all'Alpenotel Panorama, Baita Rosa Alpina, Rifugio Mollignon e la Chiesetta del Dialler l'Alpe di Siusi e le vette che la circondano non finiscono di stupire: Sasslungo/Langkofel, Sassopiatto/Plattkofel, Marmolada, Gruppo del Sella- Sellastock, Sas Rigais, Le Odle/Geißler, i denti di Terrarossa/Rosszähne, lo Sciliar /Schlern e la Punta Santner/Santnerspitze. Quando fa bello

lo sguardo vola ancora oltre, ad esempio fino alle Alpi dello Zillertal e dello Stubai in Austria e fino all'Ortles/Ortler. 300 metri di dislivello restano ancora tra la Chiesetta del Dialler fino al Rifugio Alpe di Tires. L'ascesa è alquanto ripida. Alcuni lunghi tratti presentano una pendenza pari al 20% e questo in un momento in cui il biker ha già fatto moltissimi metri di dislivello. Ma anche se è necessario sostare un po' il Rifugio Alpe di Tires, val la pena di una visita. Questo rifugio isolato e spettacolare ai piedi dei Denti di Terrarossa/Rosszähne offre un magnifico panorama ad esempio verso il vicino Catinaccio/Rosengarten. L'oste e la moglie sono persone di cuore e il cibo ottimo. E' talmente bello lassù che invoglia anche a fermarsi di notte. E perché? Sulla strada di ritorno su magnifici sen-

tieri si scende in direzione Giogo Mollignon; quando fa bello si può vedere fino alla Marmolada. Dalla Chiesetta Dialler vi è un sentiero panoramico che porta al Zallinger. Su sterrato e più avanti su una stretta strada asfaltata si arriva a Saltria, dove comincia l'ultima ascesa di questo tour: Su strada asfaltata si passa davanti all'amena Baita Rauch fino a Compaccio. Poco al di sotto di Compaccio, all'altezza dell'albergo Zorzi vi è un sentiero che porta in direzione del parcheggio Spitzbühel. Dopo la Malga Jaggl, questo sentiero si trasforma in puro divertimento per i biker, che li porta direttamente al parcheggio di Spitzbühel. E qui sono nuovamente gli esperti della tecnica di guida a "farla da padrone". Lo single track in direzione di Gstatsch è stretto e impervio e in parte un antico sentiero per i carri. In caso di pioggia o se bagnato questo tratto è molto scivoloso. Da Gstatsch il divertimento continua, un sentiero stretto e isolato giunge fino a Bagni di Razzes. E' solo all'altezza del torrente Frommer che si ricomincia, su strada sterrata nuovamente a respirare aria di "civiltà". Al di sotto delle Rovine di Castelvecchio inizia un trail molto fluido, che termina presso il parcheggio della Cabinovia Alpe di Siusi. Di qui in pochi minuti si giunge nuovamente al punto di partenza ovvero presso l'Associazione turistica di Siusi.

VARIANTE

1. Un'ascesa più semplice sulla strada per l'Alpe di Siusi. All'altezza dell'Infopoint San Valentino (Kontrollstelle St. Valentin Punto di via 8) non girare sull'estrema sinistra, ma diritto in direzione di Gstatsch. All'altezza del punto di via 25 ci si immette nel tour sopra descritto.
2. Evitare il Rifugio Alpe di Tires: Per coloro che non posseggono sufficiente condizione fisica, se si è fatto tardi oppure il tempo volge al brutto, il tour può essere deviato e di conseguenza ridotto all'altezza della chiesetta Dialler. All'altezza del punto di via 56 non andare in direzione del Rifugio Alpe di Tires, ma svoltare a sinistra in direzione Zallinger. Si risparmiano così 320 metri di dislivello, poco più di un'ora di percorso.
3. Ascesa con la Cabinovia Alpe di Siusi. Il tour diventa decisamente più semplice e più corto se si prende la cabinovia fino a Compaccio e si pedala lungo la strada asfaltata, che passa davanti all'Ufficio Informazioni Alpe di Siusi, in direzione Giogo. Ci si immette all'altezza del punto di via 46 nel tour sopra descritto e ci si risparmiano 1.100 metri di dislivello.