

SANKT OSWALD

Alle öffnen | Alle schließen

[Pfd zum downloaden](#)
[GPX-Daten zum downloaden](#)

CHARAKTERISTIK UND VARIANTEN

Charakteristik

Die Tour nach Sankt Oswald führt in einer großen Schleife um die beiden westlich von Kastelruth und Seis gelegenen Erhebungen, den Tisenser Hügel und den Laranzbühl, hinter denen das Gelände steil zum Eisacktal abfällt. Fahrtechnisch stellt sie Biker vor keine größeren Schwierigkeiten, denn sie verläuft zumeist auf wenig befahrenen asphaltierten Neben- oder Schotterstraßen. Vor allem konditionell sollte man diese Tour aber nicht unterschätzen: Der knapp zehn Kilometer lange Anstieg vom Tisenser Bach bis kurz vor Telfen zehrt an den Kräften.

Die Tour beginnt im Zentrum von Kastelruth direkt beim Turm. Zum Aufwärmen folgt man auf den ersten Kilometern einer wenig befahrenen Nebenstraße nach Tiosels. Wenige Meter rollt man auf der Hauptstraße bergab bis Schgagul, wo ein idyllisches Sträßchen vorbei an abgeschiedenen Bauernhöfen Richtung Moosbühl führt. Weiter geht es auf Schotter zum Tiosler Weiher, dessen ruhiges Ufer zu einer kurzen Rast einlädt.

Immer weiter bergab gelangt man so nach Tagusens, einem kleinen Weiler, dessen Kirche markant oberhalb des Grödnertals thront. Nun folgt man der schmalen Verbindungsstraße in Richtung Tisens. Kurz bevor man dieses Dorf erreicht, zweigt die Route in Richtung St. Oswald ab. Vorsicht: Die Abfahrt ist stellenweise eng und kann im Herbst durch Laub sehr rutschig werden. Man mündet in die Hauptstraße Richtung Waidbruck, von der aber schon wenige Meter weiter die Nebenstraße nach St. Oswald abzweigt. Die zieht steil bergab zum Tisenser Bach und von dort ebenso steil bergauf zum Lafogler Hof in St. Oswald. In diesem schönen Buschenschank kann man sich wunderbar für die weitere lange Auffahrt bis nach Telfen stärken. Übrigens: Im Herbst ist der Lafogler Hof ein idealer Ort für das traditionelle Törggelen, also die Verkostung des jungen Weines.

Immer weiter bergauf kurbelt man nun in einer großen Schleife um den Laranzbühl Richtung Seis. Sehenswert ist unterwegs die Malenger Mühle mit ihrem kleinen Getreidemuseum.

Von Seis folgt man kurz der Hauptstraße bergauf Richtung Kastelruth, zweigt aber bald zum Laranzwald ab. Vorbei am Sportzentrum Telfen fährt man zum Misaltweg. Hier muss man kurz absteigen, zu steil und mit Stufen durchsetzt ist der schmale Wanderweg, der zurück nach Kastelruth führt.



Varianten

- Über Brembach nach Tagusens: Alternativ zur Route über den Tiosler Weiher kann man am Wegpunkt 10 in Schgagul auch halb rechts bergab Richtung Brembach fahren. Die Asphaltstraße endet am Tamines Hof, von dem man links über eine Schotterstraße nach Tagusens gelangt. Dort mündet man bei Wegpunkt 24 wieder in die hier beschriebene Tour.
- Kurztour über Tisens: Am Wegpunkt 27 nicht scharf rechts nach Sankt Oswald, sondern geradeaus weiter nach Tisens. Im Ort links bergauf, am Ganserhof rechts. 260 Meter weiter zweigt halb links der Wanderweg zurück nach Kastelruth ab.
- Über Gasthaus Sankt Oswald direkt zum Furscher Hof: Am Wegpunkt 35 in Sankt Oswald halb links zum gleichnamigen Gasthaus. Dieser Straße nun bis zum Wegpunkt 40 beim Furscher Hof folgen. Dort geradeaus die hier beschriebene Tour fortsetzen.

STRECKEN

- Ferienregion Gröden
- Ferienregion Seiser Alm
- LEICHT
 - Langental Sanft
 - Grödnertalrunde
 - Eisacktal
- MITTEL
 - Panoramatur Seiser Alm
 - Sankt Jakob
 - Sellajoch & Steinerte Stadt
 - Sellaronda im Uhrzeigersinn
 - Spitzbühl
 - Marinzen
 - Ruine Hauenstein
 - Völser Aicha
 - Tuff Alm & Hofer Alpi
 - Talrunde Seiser Alm
 - Tschafon
 - Schafstall & Tagusens
 - Sankt Oswald
 - Laurinhütte
- SCHWIERIG
 - Sellaronda gegen Uhrzeigersinn
 - Unter den Geislern
 - Seiser Alm Hüttentour
 - Val Duron
 - Unter Schlern & Hammerwand
 - Tierser Alpi

KONTAKT

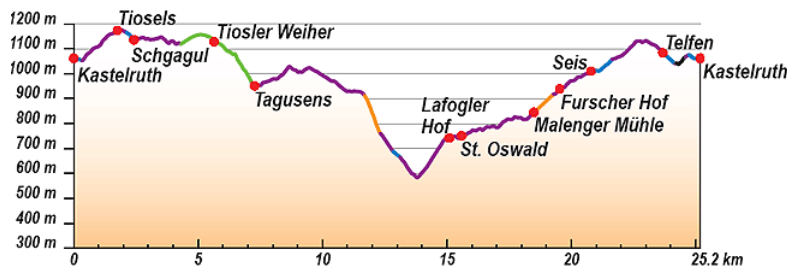
WETTER

Fr	Sa	So
Temp: max: 23° min: 13°	Temp: max: 16° min: 10°	Temp: max: 19° min: 7°



TOURDATEN

Tourdaten		Prozent der Strecke	Fahrzeiten	
Gesamtstrecke	25,17 km	100 %	Fahrzeit bei 10 km/h	Fahrzeit ohne Pausen
Höhenmeter bergauf	960 Hm		Fahrzeit bei 12 km/h	2 Std 31 min
Höhenmeter bergab	960 Hm		Fahrzeit bei 14 km/h	2 Std 06 min
Maximale Höhe	1176 m		Fahrzeit bei 16 km/h	1 Std 48 min
Asphalt	2,50 km	10,0 %	Fahrzeit bei 18 km/h	1 Std 24 min
Radweg asphaltiert	18,00 km	71,5 %	Fahrzeit bei 20 km/h	1 Std 16 min
Schotter	2,86 km	11,4 %		
Wald / Wiesen / Wanderweg	1,43 km	5,7 %		
Pfad	0,00 km	0,0 %		
Tragen / Schieben	0,34 km	1,5 %		
Seilbahn / Transfer	0,00 km	0,0 %		



Kondition		Fahrtechnik			
Kondition gesamt	2,9	●●●○○	Fahrtechnik gesamt	2,7	●●●○○
Gesamt-Höhenmeter	3,0	●●●○○	Untergrund	2,5	●●○○○
Gesamt-Streckenlänge	3,0	●●●○○	Steigungen Ø	3,0	●●●○○
Maximale Höhe	2,0	●●○○○	Gefälle Ø	3,0	●●●○○
Schwierigkeit		Erlebniswert			
Schwierigkeit gesamt	2,8	●●●○○	Panorama	3,0	●●●○○
Schwierigkeit bergauf	2,9	●●●○○	Fahrspaß	2,0	●●○○○
Schwierigkeit bergab	2,7	●●●○○			

ANFAHRT UND STARTORT

Anfahrt

Von Norden kommend:
Autobahnausfahrt A22 Klausen - Seiser Alm/Schlermgebiet, SS12 bis Waidbruck, dann Richtung Seiser Alm.

Von Süden kommend:
Autobahnausfahrt A 22 Bozen Nord - Seiser Alm/Schlermgebiet, SS 12 bis Blumau, dann Richtung Seiser Alm.

Startort

In allen Ortschaften stehen mehrere Parkplätze und Parkgaragen zur Verfügung. Die blau eingegrenzten Parkklücken sind gebührenpflichtig – Tickets gibt es bei den entsprechenden Automaten. Alle anderen Parkplätze sind gebührenfrei.
Die Tour beginnt beim Tourismusverein Kastelruth.

ROADBOOK

Nr	km	Next	Hm	Sym	Ort	Richtung	Weg	Zeit 22 km/h	Zeit 10 km/h
1	0,00	0,07	1062	⬆️	Tourismusverien Kastelruth	gerade zwischen Kastelruther Turm und Brunnen durch	R -4% ➡️	00:00	00:00
2	0,07	0,06	1059	⬆️	Hotel zum Wolf	halb rechts	R 4% ➡️	00:00	00:00
3	0,13	0,20	1061	⬆️	Sparkasse Kastelruth	links St. Michael	A -4% ➡️	00:00	00:00
4	0,33	0,78	1052	⬆️	Konsum - Markt	halb rechts St. Michael 7	R 10% ➡️	00:00	00:01
5	1,11	0,29	1121	⬆️	Gabelung (rechts nach St. Michael 7)	halb links	R 12% ➡️	00:03	00:06
6	1,41	0,35	1155	⬆️	Abzweig nach Seis 7	halb links St. Michael 7	R 6% ➡️	00:03	00:08
7	1,76	0,36	1173	⬆️	Hof Unterdill in Tiosels	gerade	R -1% ➡️	00:04	00:10

8	2,12	0,30	1165		Einmündung Hauptstraße, Bushaltestelle	links bergab	A -11%		00:05	00:12
9	2,42	0,06	1136		zu Schgagul/Jausenstation Sabine	rechts Radauerhof, Dosserhof	R -5%		00:06	00:14
10	2,48	1,16	1133		Gabelung	halb links Kastelruth 10	R 7%		00:06	00:14
11	2,62	1,47	1141		Abzweig nach Kastelruth 10	gerade Tagusa 2B	R -2%		00:07	00:15
12	3,09	1,22	1136		Briefkasten	links	R -1%		00:08	00:18
13	4,32	0,70	1119		Abzweig nach Kastelruth	gerade Tagusa 2a	S 5%		00:11	00:25
14	5,02	0,39	1156		Marterl, Bank	gerade	S -2%		00:13	00:30
15	5,41	0,23	1150		Alter Hof	scharf links Tagusa 2a	S -9%		00:14	00:32
16	5,65	0,10	1128		Tiosler Weiher	gerade	S -4%		00:15	00:33
17	5,75	0,44	1124		Kreuzung (nach Kastelruth 2)	halb rechts Tagusa 2a	S -8%		00:15	00:34
18	6,19	0,17	1090		Abzweig	gerade	S -5%		00:16	00:37
19	6,36	0,29	1082		Abzweig nach Tagusa 2	gerade	S -14%		00:17	00:38
20	6,64	0,19	1048		Beginn steile Abfahrt	gerade	S -16%		00:18	00:39
21	6,83	0,07	1017		Kreuzung Asphaltstraße	gerade zum Marterl	S -8%		00:18	00:40
22	6,90	0,27	1010		Marterl	halb links bergab	S -18%		00:18	0:41
23	7,18	0,10	963		Anfang Asphalt	gerade	R -11%		00:19	00:43
24	7,27	0,27	951		Tagusens (Brunnen)	scharf links Tisens 2	R 2%		00:19	00:43
25	7,54	1,48	955		Abzweig nach Trostburg	gerade Tisens 1	R 5%		00:20	00:45
26	9,02	1,92	1005		Abzweig nach Trostburg	halb links Kastelruth	R -3%		00:24	00:54
27	10,94	0,75	932		Marterl	scharf rechts St. Oswald 1B	R -3%		00:29	01:05
28	11,69	0,63	920		Abzweig in Kehre	halb rechts St. Oswald	W -20%		00:31	01:10
29	12,33	0,50	761		Einmündung bei Hof Gomertin	rechts St. Oswald 1B	R -15%		00:33	01:13
30	12,83	0,29	689		Einmündung Hauptstraße	halb rechts bergab	A -8%		00:34	01:16
31	13,12	0,80	666		Abzweig (Bushaltestelle)	scharf links St. Oswald	R -10%		00:35	01:18
32	13,91	0,96	592		Holzbrücke 20t	gerade	R 15%		00:37	01:23
33	14,87	0,23	731		Abzweig	halb rechts bergauf	R 5%		00:40	01:29
34	15,10	0,49	742		Lafogler Hof	gerade	R 1%		00:41	01:30
35	15,59	1,10	751		Gasthaus St. Oswald	gersade St. Vigil	R 3%		00:42	01:33
36	16,69	1,51	784		Abzweig	gerade	R 2%		00:45	01:40
37	18,20	0,30	816		Bushaltestelle	gerade Seis 7A	R 10%		00:49	01:49
38	18,50	0,80	845		Malenger Mühle, Museum	gerade Seis 7A	W 9%		00:50	01:50
39	19,29	0,24	918		Einmündung	links	R 10%		00:52	01:55
40	19,53	0,85	939		Furscher Hof	scharf rechts	R 7%		00:53	01:57
41	20,38	0,15	987		Abzweig	halb rechts	R 7%		00:55	02:02
42	20,53	0,20	997		Hotel Enzian	gerade Santner Str.	R 5%		00:56	02:03
43	20,73	0,06	1006		Kreisverkehr Seis	links Kastelruth	A 6%		00:56	02:04
44	20,79	0,03	1010		Tourismuserien Seis, Busbahnhof	gerade	A 7%		00:56	02:04
45	20,82	0,82	1017		Abzweig Henrik-Ibsen-Str.	gerade	A 6%		00:56	02:04
46	21,64	0,82	1058		Bushaltestelle	scharf links Laranzweg	R 6%		00:59	02:09
47	22,47	0,38	1113		Abzweig zur Königswarte	rechts bergauf Sportplatz	R 4%		01:01	02:14
48	22,85	0,61	1126		Abzweig Pilzeweg	gerade Kastelruth	R -4%		01:02	02:17
49	23,46	0,22	1106		Sportzentrum Telfen	gerade bergab	R -10%		01:03	02:20

50	23,68	0,49	1084		Einmündung Telfen	links bergab	A -9%	01:04	02:22
51	24,17	0,05	1040		Abzweig	halb rechts Kastelruth 5	R 4%	01:05	02:24
52	24,22	0,38	1042		Abzweig	gerade Kastelruth 5	P 7%	01:06	02:25
53	24,60	0,14	1068		Einmündung	halb rechts Kastelruth 5	R 6%	01:07	02:27
54	24,73	0,32	1076		Einmündung Hauptstraße	halb links Kastelruth 5	A -5%	01:07	02:28
55	25,05	0,06	1061		Sparkasse Kastelruth	links Zentrum	R -4%	01:08	02:30
56	25,11	0,07	1059		Hotel zum Wolf	halb links	R 4%	01:08	02:30
57	25,18	0,00	1062		Tourismusverein Kastelruth	Ende der Tour	R 0%	01:08	02:31

ZEICHENERKLÄRUNG SCHWIERIGKEIT, WEGBESCHAFFENHEIT UND STEIGUNG

Zeichenerklärung Schwierigkeit

- Gesamt-Schwierigkeit aus Schwierigkeit bergauf (60%) und Schwierigkeit bergab (40%)
- Schwierigkeit bergauf aus Gesamtstrecke bergauf (30%), Gesamthöhenmeter bergauf (30%), Untergrund bergauf (10%), durchschnittliche Steigung bergauf (25%), maximal erreichte Höhe (5%).
- Schwierigkeit bergab aus Gesamtstrecke bergab (10%), Gesamthöhenmeter berg-ab (10%), Untergrund bergab (50%), durchschnittliches Gefälle bergab (30%).
- Kondition aus Gesamt-Streckenlänge (40%), Gesamt-Höhenmeter (50%) und maximal erreichter Höhe (10%).
- Fahrtechnik aus Untergrund (50%), Durchschnitt der Steigungen (30%) und Durchschnitt der Gefälle (20%).
- Panorama und Fahrspaß: subjektive Beurteilung des Autors

Zeichenerklärung Wegbeschaffenheit und Steigung

A = Asphalt		steil bergauf	ab + 15%
R = Radweg asphaltiert		bergauf	bis + 14%
S = Schotter		eben	ca. +/- 4%
W = Wald / Wiesen / Wanderweg		bergab	bis - 19%
P = Pfad, Single Trail		steil bergab	ab - 20%
T = Tragen / Schieben			
X = Seilbahn / Transfer			

Weg: Die Prozentangaben bezeichnen die durchschnittliche Steigung (+) oder das durchschnittliche Gefälle (-) zum nächsten Wegpunkt.

Alle Tourenvorschläge sind auf Grund möglicher Änderungen ohne jegliche Gewähr für Befahrbarkeit und Sicherheit. Es handelt sich zum Teil um schwieriges Gelände, welches entsprechendes Fahrkönnen voraussetzt. Val Gardena-Gröden Marketing und Seiser Alm Marketing übernehmen keinerlei Haftung für Verletzungen und/oder Sachschäden.