

SELLARONDA IM UHRZEIGERSINN

Alle öffnen | Alle schließen



CHARAKTERISTIK UND VARIANTEN

Charakteristik

Was Skifahrer aus der ganzen Welt seit Jahrzehnten begeistert, geht jetzt auch im Sommer mit dem Mountainbike: Die Umrundung des eindrucksvollen Sellamassivs an einem einzigen Tag. Möglich machen das insgesamt fünf Bergbahnen, die die fast 4.000 Höhenmeter, die man ansonsten bergauf kurbeln müsste, auf moderate 800 Höhenmeter zusammenschumpfen lassen. So wird aus einer für Normalbiker unmöglichen Unternehmung eine ungewöhnliche Traumtour, bei der unvergessliche Panoramen im Weltnaturerbe Dolomiten und Unmengen Abfahrts Spaß nur relativ wenig Mühe bergauf gegenüberstehen.

Nach kurzem Warmfahren von Wolkenstein zum Eingang des Langentals bringt die Umlaufbahn die Biker zur Bergstation Dantercepies. Kurz hat man Zeit, sich auf der Schotterstraße Richtung Grodnérjoch auf die folgende Abfahrt einzustellen. Denn direkt beim Grodnérjoch beginnt der erste fahrttechnische Höhepunkt dieser Tour: Der Singletrail Richtung Colfosco bringt 300 Höhenmeter feinstes Abfahrtsvergnügen. Vorsicht im oberen Teil: Es geht über ein paar Holzstege, die bei Nässe sehr rutschig sein können. Ansonsten weiß man schon nach diesem ersten Abschnitt, dass man für den heutigen Tag genau die richtige Tour gewählt hat! Die weitere Abfahrt nach Corvara führt vorbei am markanten Einschnitt des Mittagstals, das zum höchsten Gipfel der Sellagruppe, dem Piz Boé, hochzieht.

In Corvara wartet schon die zweite Bergbahn: Die Gondel zum Col Alto. Von der Bergstation hat man einen prachtvollen Blick in die Südwände des gegenüber liegenden Sassonghers. Nach kurzer Abfahrt nimmt ein Sessellift den ersten Teil der Auffahrt zur Bioch Hütte ab. Der folgende Abschnitt der Runde über die Bioch Hütte nach Pralongia bietet viel Abwechslung auf Trails und Wiesenwegen, aber auch Treppenstufen bergauf. Und das bei traumhaften Bergblicken, z. B. auf den Piz Boé oder bis zur Marmolada. Wer das so richtig genießen möchte, kehrt hier oben ein. Pralongia Hütte oder – nach kurzer steiler Abfahrt auf der Schotterstraße – die Hütte La Marmotta bieten sich an.

Nun folgt das zweite fahrttechnische Fest, der flüssige Höhenweg hinüber zum Pass Campo Longo, auf dem nur ein paar heftige Stufen den ansonsten perfekten „Flow“ unterbrechen. Dann kurz auf der Straße bis zur Passhöhe, wo gleich die nächste Traumabfahrt beginnt. Steil, aber genial zu fahren, geht es abseits der Passstraße auf einem schmalen Weg Richtung Arabba.

Von Arabba katapultiert eine Gondel die Biker 900 Höhenmeter hinauf zur Porta Vescovo. Direkt gegenüber liegt nun die Marmolada, der Blick in den vergletscherten Gipfelbereich ist majestätisch. Tief unten erkennt man gerade noch den Fedaila-Stausee. Die folgende Abfahrt Richtung Passo Pordoi besticht zunächst durch ihren genialen Blick auf die Sellagruppe. Weiter unten zweigt sie dann auf einen Singletrail ab, auf dem sich die fahrttechniker so richtig austoben können. Erst kurz vor der Passhöhe endet der Spaß, die letzten 100 Höhenmeter gehören der Passstraße.

Direkt unterhalb des Sas de Pordoi, den übrigens eine kühne Gondel vom Passo Pordoi für Wanderer erschließt, beginnt nun die nächste Traumabfahrt der Sellaronda: 850 abwechslungsreiche Höhenmeter fordern den inzwischen schon etwas müderen Bikern noch einmal volle Konzentration ab. Auch direkt unterhalb von Lupo Bianco gibt es noch eine knifflige Trailpassage. Entspannt rollt man dann nach Canazei im Fassatal und über einen Wiesenweg bis nach Campitello.

Die letzten 1.000 Höhenmeter mit der Gondel stehen an: Eine riesige Kabine bringt die Mountainbiker, häufig in Begleitung von Gleitschirm- und Drachenfliegern, zum Col Rodella oberhalb des Sellajochs. Oben angekommen, zieht der Langkofel den Blick magisch an. Den folgenden Abschnitt der Tour durch die steinerne Stadt teilt man in der Saison und an schönen Wochenenden sicherlich mit vielen anderen Wanderern und Bikern. Macht aber nichts, hier sollte man sowieso langsam fahren und die steinernen Zeitzeugen eines mehrere Jahrhunderte zurück liegenden Felssturzes vom Langkofel in ihren vielfältigen Formen bestaunen.

Die folgende Abfahrt beginnt mit einem Supertrail im Schatten des Langkofels. So könnte es weitergehen, aber mit dem Rifugio Comici liegt eineinhalb Kilometer weiter eine Einkehrstation am Wegesrand, an der Biker schlecht vorbeifahren können. Man mag es kaum glauben, aber auf dieser herrlich gelegenen Berghütte kann man hervorragend essen. Woher der Wirt den frischen Fisch bezieht, für den er unter anderem berühmt ist, bleibt sein Geheimnis. Jedenfalls können sich Feinschmecker hier nach allen Regeln der Kunst verwöhnen lassen.

Gut, dass es auf dem restlichen Weg bis Wolkenstein nun fast nur noch bergab geht, denn der volle Bauch schiebt mit Macht talwärts. Aber Vorsicht: Die abwechslungsreiche Abfahrt zweigt ab in einen unscheinbaren Pfad, an dem man garantiert vorbei brettert, wenn man nicht genau auf das Roadbook oder GPS-Gerät schaut (Wegpunkt 127). Etwas überraschend geht es vor La Selva noch einmal 50 Höhenmeter bergauf, dann aber rollt man entspannt und glücklich zurück zum Ausgangspunkt der Tour nach Wolkenstein.

STRECKEN

- Ferienregion Gröden
- Ferienregion Seiser Alm

LEICHT

- Langental Sanft
- Grödnér Talrunde
- Eisacktal

MITTEL

- Panoramatur Seiser Alm
- Sankt Jakob
- Sellajoch & Steinerner Stadt
- Sellaronda im Uhrzeigersinn
- Spitzbühel
- 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°



Varianten

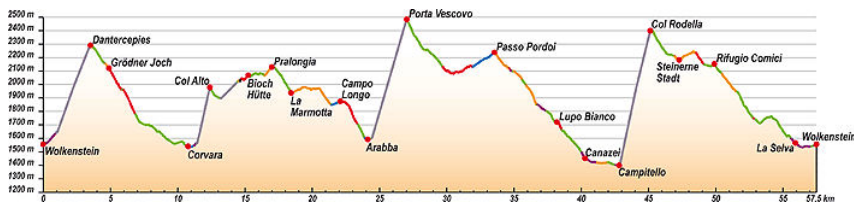
1. Verlängerung über Val Duron: Deutlich anspruchsvoller, aber landschaftlich noch eindrucksvoller wird die Tour, wenn man sie im letzten Teil mit der Tour ins Val Duron kombiniert. An der Talstation in Campitello (Wegpunkt 107) nicht die Gondel zum Col Rodella einsteigen, sondern ab hier der Tour ins Val Duron folgen (Wegpunkte 47-91). Man mündet bei Wegpunkt 136 wieder in die hier beschriebene Tour (+22 Km, +950 Hm).

2. Vom Sellajoch direkt nach Wolkenstein: Wenn es spät geworden sein oder das Wetter nicht mehr passen sollte, kann man die sehr attraktive Abfahrt von der steinernen Stadt über Plan de Gralba nach Wolkenstein nehmen. Hierzu am Parkplatz der Gondel zur Langkofelscharte bei Wegpunkt 114 geradeaus fahren und nun in umgekehrter Richtung der Tour „Sellajoch und steinerne Stadt“ bis nach Plan de Gralba folgen (Wegpunkte 23-11). Beim Abzweig links nach Plan, nach 100 Metern halb rechts auf die Skipiste nach Wolkenstein. Nach 1,3 Kilometern erreicht man die Hauptstraße und fährt scharf rechts. Nach 60 Metern mündet man bei der Casa Alpina bei Wegpunkt 7 wieder in die Tour „Sellajoch und steinerne Stadt“, der man scharf links in umgekehrter Richtung bis zu ihrem Startpunkt in Wolkenstein folgt.



TOURDATEN

Tourdaten		Prozent der Strecke	Fahrzeiten	Fahrzeit ohne Pausen
Gesamtstrecke	57,48 km	100 %	Fahrzeit bei 10 km/h	5 Std 45 min
Höhenmeter bergauf	807 Hm		Fahrzeit bei 12 km/h	4 Std 47 min
Höhenmeter bergab	3873 Hm		Fahrzeit bei 14 km/h	4 Std 06 min
Maximale Höhe	2484 m		Fahrzeit bei 16 km/h	3 Std 36 min
Asphalt	3,55 km	6,2 %	Fahrzeit bei 18 km/h	3 Std 12 min
Radweg asphaltiert	4,87 km	8,5 %	Fahrzeit bei 20 km/h	2 Std 52 min
Schotter	22,54 km	39,2 %		
Wald / Wiesen / Wanderweg	9,85 km	17,1 %		
Pfad	6,86 km	11,9 %		
Tragen / Schieben	0,06 km	0,1 %		
Seilbahn / Transfer	9,73 km	16,9 %		



Kondition		Fahrtechnik	
Kondition gesamt	3,5	Fahrtechnik gesamt	3,1
Gesamt-Höhenmeter	3,0	Untergrund	3,4
Gesamt-Streckenlänge	4,0	Steigungen Ø	2,0
Maximale Höhe	4,0	Gefälle Ø	4,0
Schwierigkeit		Erlebniswert	
Schwierigkeit gesamt	3,4	Panorama	5,0
Schwierigkeit bergauf	2,9	Fahrspaß	5,0
Schwierigkeit bergab	4,3		

ANFAHRT UND STARTORT

Anfahrt

Brennerautobahn A22, von Norden kommend über Innsbruck-Brenner, von Süden über Verona-Bozen. Die günstigste Ausfahrt heißt Klausen/Gröden. Von dort erreichen Sie auf der bestens beschilderten Höhenstraße nach etwa 20 Minuten St. Ulrich und wenige Kilometer weiter St. Christina und Wolkenstein.













































































Startort

Ca. 500m nach dem Ortsanfang von Wolkenstein befindet sich auf der linken Seite der Tourismusverein.
 Parken: Am Beginn des Ortskerns von Wolkenstein vor dem Nives Platz links abbiegen und dann sofort nochmal links in die Parkgarage Nives.
 Die Tour beginnt beim Tourismusverein Wolkenstein.

ROADBOOK

Nr	km	Next	Hm	Sym	Ort	Richtung	Weg	Zeit 22 km/h	Zeit 10 km/h
1	0,00	0,17	1557		Tourismusverein Wolkenstein	gerade bergauf	A 5%	00:00	00:00
2	0,17	0,09	1566		Talstation Ciampinoi	gerade	A -0%	00:00	00:01
3	0,25	0,04	1566		Hotel Krone	halb rechts Hauptstraße folgen	A 3%	00:00	00:01
4	0,29	0,09	1567		Abzweig Str. Dantercepies	scharf links Langental	R 12%	00:00	00:01
5	0,38	0,16	1577		Hotel Sun Valley	gerade	R 11%	00:01	00:02
6	0,54	0,37	1593		Abzweig zum Langental	gerade Dantercepies	R 11%	00:01	00:03
7	0,91	0,04	1635		Abzweig zur Talstation Dantercepies	rechts bergauf Dantercepies	R 16%	00:02	00:05
8	0,95	2,56	1642		Talstation Dantercepies	rechts Seilbahn nehmen	X 10%	00:02	00:05
9	3,51	0,04	2291		Bergstation Dantercepies	halb rechts Grödner Joch	S -21%	00:09	00:21
10	3,54	0,27	2284		Abzweig Nähe Bergstation Dantercepies	gerade Hauptweg folgen	S -7%	00:09	00:21
11	3,81	0,16	2266		Abzweig in Kehre	scharf rechts Hauptweg folgen	S -14%	00:10	00:22
12	3,98	0,54	2243		Abzweig zur Bergstation Sessellift	scharf rechts Hauptweg folgen	S -15%	00:10	00:23
13	4,52	0,08	2162		Verzweigung	halb links	S -9%	00:12	00:27
14	4,59	0,19	2155		Abzweig	scharf rechts	W -12%	00:12	00:27
15	4,78	0,11	2131		Einmündung	rechts	W -9%	00:13	00:28
16	4,89	0,07	2121		Nähe Restaurant Frara	links/rechts durch die Unterführung	W -20%	00:13	00:29
17	4,96	0,92	2107		Einmündung Skipiste	links bergab	P -16%	00:13	00:29
18	5,88	0,09	1961		Kleiner See, Parkplatz	gerade über Parkplatz	S -3%	00:16	00:35
19	5,97	0,89	1958		Schilderbaum, markanter Stein	halb rechts Corvara	P -21%	00:16	00:35
20	6,85	0,36	1779		Abzweig Wanderweg	halb rechts Corvara	S -20%	00:18	00:41
21	7,21	0,79	1719		Rastplatz	gerade Corvara	S -3%	00:19	00:43
22	8,00	0,54	1692		Kreuzung	halb links Corvara	S -6%	00:21	00:48
23	8,54	0,67	1651		Abzweig nach Colfosco, Brunnen	gerade	S -9%	00:23	00:51
24	9,22	0,52	1593		Bachbrücke	halb rechts Corvara	S -7%	00:25	00:55
25	9,74	0,81	1561		Camping	halb rechts Corvara	S -0%	00:26	00:58
26	10,55	0,22	1553		Abzweig unter Schlepplift	gerade über Piste	S -5%	00:28	01:03
27	10,77	0,07	1541		Hotel Arkadia, Nähe Talstation Boè	links	A -3%	00:29	01:04
28	10,84	0,06	1539		Snack Bar Corf	rechts Fußgänger	R -3%	00:29	01:05
29	10,90	0,04	1537		Kreuzung	gerade über Bach	R -2%	00:29	01:05
30	10,94	0,12	1536		Kreuzung	gerade zur Kirche	R 3%	00:29	01:05
31	11,06	0,13	1540		Villa Tony	rechts bergauf	A 7%	00:30	01:06
32	11,19	0,18	1548		Piccolornaz	links auf Parkplatz	R 10%	00:30	01:07
33	11,37	1,01	1565		Talstation Col Alto	Gondel nehmen	X 14%	00:31	01:08
34	12,38	0,12	1979		Bergstation Col Alto	gerade	S -17%	00:33	01:14
35	12,50	0,33	1959		Abzweig zum Hotel Col Alto	scharf rechts Pralongia, Piz Sorega	S -13%	00:34	01:14
36	12,83	0,37	1913		Kreuzung	links Hotel Dolomiti	S -5%	00:34	01:16
37	13,20	1,27	1898		Talstation Sessellift	Lift nehmen	X 6%	00:35	01:19
38	14,47	0,05	2021		Bergstation Sessellift	rechts Piz Sorega	S 14%	00:39	01:26
39	14,52	0,12	2028		Restaurant "i Tabla"	halb links Bioch	W -3%	00:39	01:27

40	14,64	0,07	2026		Stufen	gerade	W 29%	↑	00:39	01:27
41	14,70	0,49	2045		Ende Stufen	rechts (linken Pfad nehmen)	P 6%	↘	00:40	01:28
42	15,20	0,04	2070		Bergstation Sessellift	halb links	S -2%	→	00:41	01:31
43	15,24	0,12	2069		Bioch Hütte	gerade Pralongia	S -13%	↘	00:41	01:31
44	15,36	1,10	2058		Abzweig	gerade	S 0%	→	00:41	01:32
45	16,46	0,53	2066		Abzweig	rechts Pralongia (Wiesenweg nehmen)	W 12%	↘	00:44	01:38
46	16,99	0,02	2129		Pralongia Hütte	gerade bergauf (rechts von der Kapelle)	S 19%	↑	00:46	01:41
47	17,01	0,04	2133		Abzweig bei Kapelle	rechts zum Sessellift	P 9%	↘	00:46	01:42
48	17,05	0,10	2136		Sessellift	gerade bergauf	S -5%	↘	00:46	01:42
49	17,15	0,31	2130		Abzweig vor Schlepplift	gerade	S -13%	↘	00:46	01:42
50	17,46	0,96	2092		Kreuzung	links La Marmotta	S -17%	↘	00:47	01:44
51	18,42	2,04	1938		Hütte La Marmotta	gerade Campo Longo	W 2%	↘	00:50	01:50
52	20,47	0,65	1973		Abzweig zum Berghotel Monte Chertz	halb rechts Campo Longo	W -14%	↘	00:55	02:02
53	21,11	0,29	1886		Abzweig nach Planac	gerade	W -14%	↘	00:57	02:06
54	21,40	0,05	1851		Einmündung Schotterstraße	gerade bergab	S -7%	↘	00:58	02:08
55	21,45	0,63	1848		Einmündung Hauptstraße, Parkplatz	halb links	A 4%	↘	00:58	02:08
56	22,08	0,18	1876		Campo Longo	gerade bergab	A -1%	↘	01:00	02:12
57	22,26	1,14	1875		Hotel	halb rechts auf Wanderweg parallel zur Passstraße	P -16%	↘	01:00	02:13
58	23,40	0,29	1702		Abzweig zum Plan Boe	gerade Arabba	S -18%	↘	01:03	02:20
59	23,69	0,22	1649		Abzweig zum Plan Boe	gerade bergab	S -21%	↘	01:04	02:22
60	23,91	0,14	1603		Einmündung Cese Arnica	halb rechts	A -8%	↘	01:05	02:23
61	24,05	0,06	1592		Ristorante Posta	halb rechts Zona traffico limitato	R 1%	→	01:05	02:24
62	24,12	0,10	1593		Kirche Arabba	halb rechts bergauf	A 6%	↘	01:05	02:24
63	24,21	0,13	1598		Casa Cantoniva	halb links Funivia	S 1%	→	01:06	02:25
64	24,34	0,11	1599		Bachbrücke	halb links am Bach entlang	S 4%	→	01:06	02:26
65	24,44	2,58	1603		Talstation Porta Vescovo	Gondel nehmen	X 23%	↑	01:06	02:26
66	27,03	0,55	2484		Bergstation Porta Vescovo	scharf rechts bergab	S -22%	↘	01:13	02:42
67	27,58	0,11	2362		Abzweig nach Arabba/Passo Pordoi	scharf links Passo Pordoi	S -7%	↘	01:15	02:45
68	27,69	0,08	2354		Abzweig Schotterstraße	gerade	S -18%	↘	01:15	02:46
69	27,77	1,95	2340		Abzweig Schotterstraße	gerade	S -11%	↘	01:15	02:46
70	29,72	2,23	2130		Abzweig	gerade Passo Pordoi 680	P -0%	→	01:21	02:58
71	31,95	1,19	2134		Einmündung Passstraße bei Ristoro Lezuo	gerade bergauf	A 6%	↘	01:27	03:11
72	33,14	0,40	2203		Schild Benvenuti Belluno	gerade bergauf	A 8%	↘	01:30	03:18
73	33,54	0,15	2238		Passo Pordoi	gerade	A -11%	↘	01:31	03:21
74	33,69	0,94	2221		Gondel Sass Pordoi	halb links Pecol/Canazei	W -10%	↘	01:31	03:22
75	34,63	0,02	2121		Wasserdepot	scharf rechts Pecol/Canazei	S -13%	↘	01:34	03:27
76	34,65	0,08	2119		Bänke	halb links bergab zur Kehre	P -18%	↘	01:34	03:27
77	34,73	0,18	2107		Hotel Gonzaga, Kehre 19	halb rechts Hauptstraße bergab	R -3%	→	01:34	03:28
78	34,91	0,10	2099		Schild "Al Lago - zum See"	scharf rechts	S -1%	→	01:35	03:29
79	35,01	0,62	2099		Ende Asphalt	gerade	W -11%	↘	01:35	03:30
80	35,63	0,28	2031		Nähe Kehre Passstraße	gerade	S -14%	↘	01:37	03:33
81	35,91	0,63	1993		Abzweig	gerade	W -19%	↘	01:37	03:35

82	36,53	0,12	1880		Abzweig in Kurve	links	W -22%		01:39	03:39
83	36,66	0,05	1853		Verfallenes Haus	rechts	W -6%		01:39	03:39
84	36,71	0,05	1850		Abzweig Passo Pordoi, Pecol	gerade	S 0%		01:40	03:40
85	36,76	0,50	1850		Einmündung Passstraße, Ristorante Monti Pallidi	scharf links zurück auf Passstraße Canazei	R -6%		01:40	03:40
86	37,26	0,16	1813		Einmündung Passstraße zum Pordoi, Kehre 14	halb rechts bergab Canazei	R -7%		01:41	03:43
87	37,42	0,07	1802		Abzweig Forststraße	scharf rechts	S -3%		01:42	03:44
88	37,49	0,21	1800		Schild Località Roa	scharf links Lupo Bianco	S -5%		01:42	03:44
89	37,70	0,20	1784		Kreuzung Passstraße	gerade Lupo Bianco	S -21%		01:42	03:46
90	37,90	0,13	1742		Große Wiese	gerade Lupo Bianco	S -14%		01:43	03:47
91	38,02	0,05	1724		Einmündung	halb links	S 0%		01:43	03:48
92	38,07	0,12	1724		Plan de Frataces 1725	halb rechts	A -4%		01:43	03:48
93	38,19	0,14	1720		Lupo Bianco (See)	halb links Canazei 655	P -7%		01:44	03:49
94	38,34	0,20	1713		Abzweig	gerade	P -25%		01:44	03:50
95	38,54	0,18	1662		Kehre 8	auf Trail bleiben	S -4%		01:45	03:51
96	38,72	1,33	1654		Einmündung Schotterstraße	scharf rechts bergab	S -12%		01:45	03:52
97	40,04	0,24	1494		Brücke	halb links über Brücke	R -19%		01:49	04:00
98	40,28	0,11	1452		Kirche Canazei	scharf rechts	A -3%		01:49	04:01
99	40,39	0,15	1448		Brücke	hinter Brücke links Strada Roma	R -10%		01:50	04:02
100	40,54	0,29	1439		Kreuzung Hauptstraße	gerade Strada Roma	R -4%		01:50	04:03
101	40,82	0,18	1425		Hotel Genzianella	scharf links Campo Sportivo	R 0%		01:51	04:04
102	41,00	0,17	1426		Einmündung Strèda de Cerenà	rechts	R -3%		01:51	04:06
103	41,17	0,85	1420		Cardo Residence	halb rechts über Wiese	W 0%		01:52	04:07
104	42,02	0,54	1423		Anfang Schotterstraße	gerade	S -4%		01:54	04:12
105	42,56	0,20	1402		Parkplatz Tennisplätze	gerade	R 1%		01:56	04:15
106	42,76	0,06	1405		Parkplatz Talstation Col Rodella	rechts zur Gondel	R -9%		01:56	04:16
107	42,82	2,31	1400		Talstation Col Rodella in Campitello	Gondel nehmen	X 29%		01:56	04:16
108	45,13	0,14	2399		Bergstation Col Rodella	gerade	S 1%		02:03	04:30
109	45,27	0,51	2400		Rifugio des Alpes	gerade Passo Sella	S -19%		02:03	04:31
110	45,78	0,47	2313		Kreuzung	rechts Passo Sella	S -14%		02:04	04:34
111	46,25	0,70	2243		Abzweig zur Rodella Hütte	gerade Passo Sella	S -6%		02:06	04:37
112	46,94	0,16	2212		Kreuzung (zum Rifugio Salei)	halb links Wiese	W -13%		02:08	04:41
113	47,11	0,11	2190		Abzweig Nähe Kapelle	gerade	W -9%		02:08	04:42
114	47,22	0,06	2181		Parkplatz Talstation Langkofelscharte	scharf links zur Talstation	S 4%		02:08	04:43
115	47,27	1,27	2183		Talstation Langkofelscharte, Beginn Steinerne Stadt	gerade	W 5%		02:08	04:43
116	48,54	0,06	2235		Anfang Schiebepassage (bergauf)	gerade	P -14%		02:12	04:51
117	48,60	0,53	2226		Ende Schiebepassage (bergauf)	gerade	P -16%		02:12	04:51
118	49,13	0,74	2148		Einmündung	halb links (rot-weiße Markierung)	S 0%		02:14	04:54
119	49,87	0,02	2152		Abzweig	gerade	S 5%		02:16	04:59
120	49,89	0,11	2153		Rifugio Comici	gerade Wolkenstein	S -13%		02:16	04:59
121	50,01	0,47	2137		Abzweig nach Ciampinoi	halb rechts Wolkenstein	S -13%		02:16	05:00
122	50,47	0,52	2077		Abzweig in Abfahrt	links bergab über Wiese	W -13%		02:17	05:02
123	51,00	0,34	2008		Einmündung Wanderweg	halb rechts bergab	W -13%		02:19	05:05
124	51,34	0,06	1965		Abzweig 22c (Tor)	gerade	W -3%		02:20	05:08

125	51,40	0,19	1963		Abzweig	halb rechts La Selva 22	W -7%	02:20	05:08
126	51,59	1,21	1947		Kreuzung (zur Cason-Hütte)	gerade	S-18%	02:20	05:09
127	52,80	0,13	1750		unscheinbarer Pfadabzweig	scharf rechts zu Bachbrücke	P -6%	02:24	05:16
128	52,94	0,23	1742		Einmündung Wanderweg	halb links bergab 23	S-10%	02:24	05:17
129	53,16	0,45	1720		Abzweig	halb rechts	S 7%	02:24	05:18
130	53,61	0,50	1743		Querung Skipiste (bei Kamelbuckel)	gerade	S 5%	02:26	05:21
131	54,11	1,19	1764		Einmündung Schotterstraße	links Wolkenstein	S-13%	02:27	05:24
132	55,30	0,32	1615		Abzweig in Kehre	halb rechts bergauf	S -4%	02:30	05:31
133	55,61	0,10	1598		Hotel Pozzamanigoni	gerade	R-11%	02:31	05:33
134	55,71	0,19	1589		Abzweig Schotterstraße	gerade bergab	R-11%	02:31	05:34
135	55,90	0,02	1568		Pfadabzweig	gerade bergab	R -6%	02:32	05:35
136	55,92	0,51	1567		Trafostation, Bushaltestelle La Selva	scharf rechts	R -7%	02:32	05:35
137	56,43	0,18	1535		Abzweig Wanderweg	gerade Straße folgen	R 3%	02:33	05:38
138	56,61	0,43	1541		Pfadabzweig Schild 30	gerade	R -0%	02:34	05:39
139	57,04	0,08	1540		Kulturhaus	halb rechts am Bach entlang	R 4%	02:35	05:42
140	57,12	0,20	1543		Feuerwehr	gerade	S 3%	02:35	05:42
141	57,32	0,06	1548		Anfang Asphalt	gerade	R 4%	02:36	05:43
142	57,39	0,05	1550		Casa Elisabetha	scharf links über Bachbrücke	R 8%	02:36	05:44
143	57,44	0,05	1554		Café Mozart	scharf rechts bergauf Hauptstraße	A 6%	02:36	05:44
144	57,49	0,00	1557		Tourismusverein Wolkenstein	Ende der Tour	A 0%	02:36	05:44

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.