Stempel der Hütten
Timbri dei rifugi

Rittner Horn Haus	Latzfonser Kreuz
Flaggerschartenhütte	Gasthof Alpenrosenhof
Meraner Hütte	Sarner Skihütte

1
Tradizioneller Gasthof im Ortszentrum von Sarnthein mit Garten und Spielwiese.
Albergo tradizionale nel centro del paese di Sarentino con giardino e parco giochi per bambini.
PENSION - RESTAURANT
Höllriegl
Fam. Aichner – I-39058 Sarnthein – Tel./Fax 0471 62 30 77
www.hoellriegl.com – info@hoellriegl.com

2
Fam. Moser
Runggi/Ronco, 15
I-39058 Sarnthein
39058 Sarentino
Tel. +39 0471 62 30 26
Fax +39 0471 62 26 71
info@hofstaett.com
Pension Hofstätt **

3
GARNI
Kranzlstein
Fam. Spögler
I-39058 Sarntal
39058 Val Sarentino
Südtirol/Alto Adige
Tel. +39 0471 62 31 35
Fax +39 0471 62 31 35
www.kranzlstein.com
pension.kranzlstein@rolmail.net

6
RITTNERHORN HÜTTE – RIFUGIO CORNO RENON 2261 m
Franzesarutto Theodor, Sarntaler Alpen/Alpi Sarentine
Tel. + Fax 0471 35 62 07 · Mobil 348 0829061

7
Fam. Lanzer – I-39065 Ratzes (BZ)
Tel. +39 0472 76 50 11
Handy 348 7042722
www.latzfonserkreuz.com
info@latzfonserkreuz.com
SCHUTZHAUS LATZFONSER KREUZ - 2305 m

8
Hotel Hohenegg
Fam. Gruber
Reinswald | S. Martino, 87
I-39058 Sarntal | Val Sarentino
Tel. +39 0471 62 53 92
Fax +39 0471 62 54 00
www.hotelhohenegg.com
info@hotelhohenegg.com

11
Pfroder Alm
(Villanderer Alm) 2145 m
Almwirtschaft · Einkehr
Fam. Hofer
Tel. 33 56 833 677

12
HOTEL ★★★
Alpenblick
Fam. Gebhard Gruber
I-39058 Astfeld/Sarntal/
Campolasta-Val Sarentino
Südtirol/Alto Adige
Tel. +39 0471 62 31 83
Fax +39 0471 62 28 33
www.alpenblick.bz.it
info@alpenblick.bz.it

13
Sonnegasthof
Fam. Helmuth Kiros
I-39058 Astfeld/Sarntein
39058 Campolasta/Sarentino
Südtirol – Alto Adige – Italy
Tel. +39 0471 62 31 51
Fax +39 0471 62 32 34
www.gasthof-sonne.com
info@gasthof-sonne.com

4
ALPINE WELLNESS
Sarner Latsche
Pinum sarentensis
Hotel BAD SCHÖRGAU
www.bad-schoergau.com / Tel. 0471 625988
Hotel HOHENEGG
www.hotelhohenegg.com / Tel. 0471 625395
Latschenbad ESCHGELLER bagno di pino mugo
www.eschgeller.com / Tel. 0471 625138
PRODUKTION & VERKAUF / PRODUZIONE E VENDITA

5
Schuhe & Zubehör
Calzature e accessori
Willy shoes
Europastr. 65 Via Europa
Sarnthein - Sarentino
Tel. & Fax 0471 62 32 62

9
Reinswalder Lift GmbH-Srl
I-39058 Steinmann 119 San Martino
Tel. +39 0471 62 51 32
Fax +39 0471 62 56 77
info@reinswald.com
www.reinswald.com
REINSWALD

10
Pension **
Gasthof
Jagerhof
Fam. Kofler
Durnholz-Vallurna, 50
I-39058 Sarntal-Sarentino
Südtirol-Alto Adige
Tel. & Fax +39 0471 62 52 10
pension.jagerhofortn.it
www.jagerhof.org

14
Hotel Stern
Durnholz/Val Sarentino
I-39058 Sarntheim – Astfeld 12
39058 Sarentino – Campolasta 12
Tel. +39 0471 62 31 40
Fax +39 0471 62 31 102
www.sternhotel.it
e-mail: info@sternhotel.it

15
Hotel Bergerhof
★★★
Fam. Kofler
Unterreinwald 73
Reinswald, 73
I-39058 Sarntal
39058 Val Sarentino
Südtirol – Alto Adige – Italy
Tel. +39 0471 62 51 16
Fax +39 0471 62 51 33
www.hotel-bergerhof.it
info@hotel-bergerhof.it

16
CAFE
KIRCHPLATZ
Eisspezialitäten, Kaffee und Kuchen, kühle Getränke.
Ihr Gartenkaffee im Ortszentrum von Sarnthein.
Sarnthein – Kirchplatz, 1
Tel. 0471 62 37 43
Auf Ihren Besuch freut sich Fam. Hochkofler

1. Tag – Rethenbachbrücke 910 m – Windlahn 1257 m – Gißmannhütte 1860 m – Rittner Horn Haus 2261 m

Höhenunterschied: im Aufstieg ca. 1004 Hm von Windlahn – 1350 Hm von der Fraktion Bundschen
Zeitempfehlung ohne Rastpausen: 3.30 bis 4 Stunden ab Windlahn – 4.30 bis 5 Stunden ab der Fraktion Bundschen (Rethenbachbrücke)
Kartenmaterial: Topographische Wanderkarte TABACCO, 1:25.000 Blatt, Nr. 060, Sarntaler Alpen
Einkehrmöglichkeiten: Gasthaus Roaner in Gißmann
Übernachtung & Verpflegung: Rittner Horn Haus (Stempelstelle für die Hufeisentour)

Wegverlauf: von der Fraktion Bundschen einen halben Kilometer talauswärts zur Rethenbachbrücke (rechts ein Sägewerk); links abbiegen. Über die Höfestraße ca. 5 Kilometer nach Windlahn (begrenzte Parkmöglichkeit). Vom Heiskreuz auf Weg Nr. 2 zum Tanzbach absteigen und weiter bis zum Roanerhof. Abzweigung Rittner Horn. Über die Gißmannhütte immer auf Weg Nr. 2, der direkt zum Rittner Horn führt.
Variante: von der Fraktion Bundschen auf der Nr. 19 zum Oberhiller in Windlahn. Weiter über die Nr. 19, dann 19a zum Gasteiger Sattel. (Beginn der Hufeisentour, die zum Rittner Horn Haus führt (E 10 – 1 – 3 – 7 –). Gute Kondition erforderlich!

1° giorno – ponte Rethenbach, 910 m – Windlahn 1257 m – rif. Gißmann 1860 m – rif. Corno del Renon 2261 m

dislivello: in salita 1004 m circa da Windlahn – 1350 m dalla frazione di Ponticino
tempi di percorrenza: ore 3.30-4 da Windlahn ; ore 4.30-5 da Ponticino
cartografia: cartina TABACCO 1:25000, foglio 40, monti sarentini
ristoro Roaner (località Giesmann)
pernottamento: rif. Corno del Renon (timbro "ferro di cavallo")

itinerario: dalla frazione Ponticino si procede verso valle per 500 m ca. fino al ponte Rethenbach (segheria sulla destra); svoltare a sx. e salire per ca. 5 km fino a Windlahn (possibilità limitate di parcheggio). Dal maso Heisler per seguavia nr. 2 scendere al torrente Tanzbach e proseguire fino al rif. Roaner. Da qui sempre per segnavia nr. 2 al Corno del Renon
variante: da Ponticino per segnavia 19, poi 19a fino alla Sella dei Sentieri (2056 m) dove ci si ricongiunge al "ferro di cavallo" (E 10 – 1 – 3 – 7 –). Richiesta una buona condizione fisica!

2. Tag – Rittner Horn Haus, 2261 m – Schutzhaus Latzfonser Kreuz, 2311 m

Höhenunterschied: im Aufstieg ca. 350 Hm – im Abstieg ca. 300 Hm
Zeitempfehlung ohne Rastpausen: 5 bis 5.30 Stunden
Kartenmaterial: Topographische Wanderkarte TABACCO, 1:25.000 Blatt, Nr. 060, Sarntaler Alpen
Einkehrmöglichkeiten: Pfroder Alm und Stoffl Hütte (ca. 30 min.)
Übernachtung & Verpflegung: Schutzhaus Latzfonser Kreuz (Stempelstelle für die Hufeisentour)
Besonderheiten: das Totenkirchlein, Latzfonser Kreuz (höchste Wallfahrtskirche Europas); die Hochmoore der Villanderer Alm; der atemberaubende Panoramablick auf die nahen Dolomiten

Wegverlauf: vom Rittner Horn Haus über den Weg 1-3-7, zum Gasteiger Sattel. Von hier auf der Nr. 1, bis zum Rittner Bildstöckl 2149 m, weiter über die Villanderer Alm (zum Teil Sumpfwiesen), Nr. 1, E10, zum Schutzhaus Latzfonser Kreuz.
Einstiegsvariante: mit dem Auto oder Linienbus bis in die Ortschaft Reinswald, Talstation Kabinenbahn. Bei Betriebsbeginn (25.06. – 03.10./ werktags 9.00 –12.00 & 16.00 –17.00, sonntags 8.00 – 12.30 & 13.30 – 18.00 Uhr. Vom 30.07. bis zum 28.08. gilt der Sonntagsfahrplan) Auffahrt zur Pichlberg Hütte. Auf dem Weg Nr. 11 zur Gedrum Alm, 2092 m und weiter auf der Nr. 7.
Ohne Inbetriebnahme von der Talstation über den Weg Nr. 7 direkt zur Gedrum Alm. Von der Alm führt die Nr. 7 auf das Latzfonser Kreuz.

2° giorno – rif. Corno del Renon, 2261 m – rif. Croce di Latzfons, 2311 m

dislivello: in salita ca. 350 m, in discesa ca. 300 m
tempi di percorrenza: ore 5-5.30
cartografia: cartina TABACCO 1:25000, foglio 40, monti sarentini
ristori: malga Pfroder, rif. Stoffl (ca. 30 min.)
pernottamento: rifugio Croce di Latzfons (timbro "ferro di cavallo")

itinerario: dal rif. Corno del Renon per segnavia 1-3-7, fino alla Gasteiger Sattel (Sella dei Sentieri). Da qui per segnavia 1, fino al Rittner Bildstock, 2149 m, poi per 1, E10, fino al rif. Croce di Latzfons.
particolarità: la zona umida presso la malga di Villandro e lo splendido panorama verso le Dolomiti (Totenkirchlein)
variante d'accesso: in macchina o bus di linea fino a San Martino (Reinswald), presso la stazione a valle della telecabina. Seguavia nr. 7 a malga Gedrum, oppure dalla stazione a monte della telecabina per seguavia nr. 11 fino a malga Gedrum poi per la nr. 7 fino al rif. Croce di Latzfons. Orario telecabina: feriali 25-6-3.10 ore 9.00-12.00 e 16.00-17.00; festivi 8.00-12.30 e 13.30-18.00; orario festivi dal 30.7 al 28.8

3. Tag – Latzfonser Kreuz, 2311 m – Flaggerschartenhütte, 2481 m

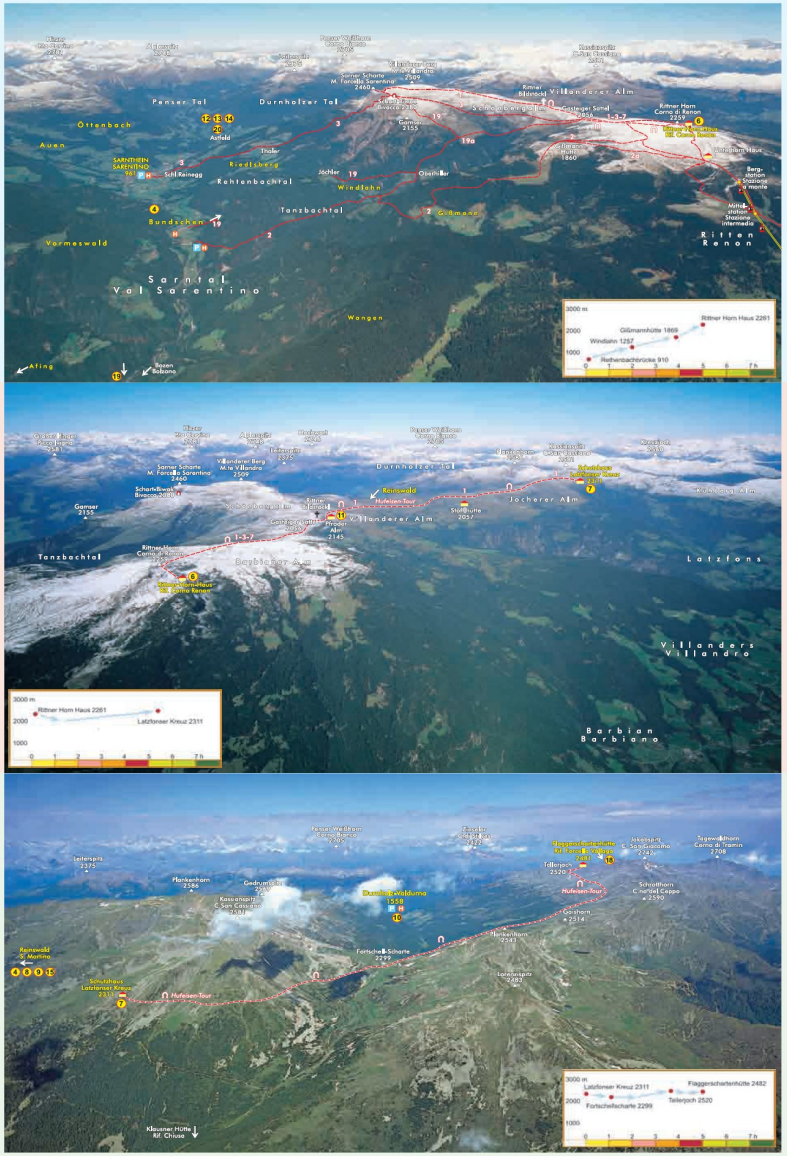
Höhenunterschied: im Aufstieg ca. 450 Hm – im Abstieg ca. 150 Hm
Zeitempfehlung ohne Rastpausen: 5 Stunden
Kartenmaterial: Topographische Wanderkarte TABACCO, 1:25.000 Blatt, Nr. 060, Sarntaler Alpen
Einkehrmöglichkeiten: keine Einkehrmöglichkeiten auf der Strecke
Übernachtung & Verpflegung: Flaggerschartenhütte (Stempelstelle für die Hufeisentour)
Besonderheiten: die Route führt unterhalb von 12 Berggipfeln entlang; sehr beliebtes Skitourengebiet

Wegverlauf: vom Latzfonser Kreuz in die Fortschellscharte, 2299 m (Beschilderung, bzw. Markierung) abwärts gehen. Auf dem Weg Nr. 13, über die Kofeljocher Alm zum Tellerjoch, 2520 m, von dort in die Flaggerscharte, 2436 m und zur Flaggerschartenhütte (Wegmarkierung Nr. 13,).
Einstiegsvariante (Tages-Rundwanderung) mit dem Auto oder Linienbus bis in die Ortschaft Durnholz. Am See entlang zum Fischerwirt. Talabwärts durch das Seebachtal (Mark. Nr. 16), vorbei an der Seehütte (Einkehrmöglichkeit) in die Flaggerscharte und weiter zur nahegelegenen Hütte (ca. 3.30 Stunden).
Oder: am rechten Seeufer entlang (Mark. D) zum Ende des Sees, weiter auf dem Weg mit der Mark. D zum Teil steil und anstrengend ins Tellerjoch, 2520 m. Von hier auf der Nr. 13, in die Flaggerscharte und zur Hütte.
Die Hütte ist auch über den Weg Nr. 16 ab Mittenwald im Eisacktal in 5 Stunden Gehzeit erreichbar.

3° giorno – Rif. Croce di Latzfons, 2311 m – rif. Forcella Vallaga, 2481 m

dislivello: in salita ca. 450 m, in discesa ca. 150 m
tempo di percorrenza: 5 ore
cartografia: cartina TABACCO 1:25000, foglio 40, monti sarentini
ristoro: non ci sono ristori sul percorso
pernottamento: rif. Forcella Vallaga (timbro "ferro di cavallo")
particolarità: Itinerario si snoda sotto 12 cime; rinomato comprensorio per tour sugli sci

itinerario: dal rif. Croce di Latzfons alla forcella di S. Cassiano (2299 m, segnavia) in discesa, poi per nr. 13, attraverso la malga Kofeljocher fino al Tellerjoch (2520 m) da cui alla forcella Vallaga e all'omonimo rifugio.
variante d'accesso e gita giornaliera: dalla località Valdurna lungo il lago fino al "Fischerwirt", poi per segnavia nr. 16 risalire la valle Seebach passando la malga Seeb (ristoro) per giungere alla forcella Vallaga (ca. ore 3.30) oppure timersi a dx. dal lago e proseguire fino al Tellerjoch (segnavia D, ripido e faticoso), da cui per nr. 13, al rifugio Forcella Vallaga.



Telefonnummern und Öffnungszeiten der Schutzhütten (Berggasthäuser)

Rittner Horn Haus, 2261 m, CAI (Club Alpino Italiano) Bozen, Tel. +39 0471 356207
Geöffnet: von Anfang Juni bis Ende Oktober
Ausstattung: 24 Schlafplätze, Wasser, elektrisches Licht
Zugang:
- Von der Bergstation des Sessellift Schwarzsee (2070 m), Abstieg 40 Hm, Aufstieg 230 m, 1 Stunde, Markierung 1
- von Villanders, Gasserhütte (1744 m), Aufstieg 520 Hm, 2 Stunden, Markierung 7
- von Barbian (830 m), Aufstieg 1430 Hm, 4 Stunden, Markierung 3
- von Windlahn (1257 m), Aufstieg 1004 Hm, 3 ½ Stunden, Markierung 2

Schutzhaus Latzfonser Kreuz, 2311 m, Privatbesitz der Pfarrei Latzfons, Tel. – Fax +39 0472 545017, Mobiltelefon +39 348 7042722, www.latzfonserkreuz.com
Geöffnet: von Anfang Juni bis Ende Oktober
Ausstattung: 15 Betten in Zimmern und 32 Lagerplätze, Heizung, Waschraum mit warmem Wasser, elektrisches Licht
Zugang:
- vom Parkplatz Kühof (1587 m) / Tal – Ort ist Latzfons im Eisacktal, Aufstieg 720 Hm, 2 Stunden, Markierung 2, 17
- von Reinswald im Sarntal / Sessellift Bergstation (2130 m), Aufstieg 290 Hm, Abstieg 110 Hm, 1 ½ Stunden, Markierung 11, 7
- von Durnholz (1510 m) im Sarntal, Aufstieg 800 Hm, 3 Stunden, Markierung 5 - 17

Flaggerschartenhütte, 2481 m, CAI (Club Alpino Italiano) Franzensfeste, Tel. +39 0471 625251
Geöffnet: von Mitte Juni bis Mitte September
Ausstattung: 40 Schlafplätze, Heizung, Wasser, elektrisches Licht
Zugang:
- von Durnholz (1510 m) Aufstieg 970 Hm, 3 Stunden, Markierung 16
- von Asten (Pens) (1524 m), Aufstieg 957 Hm, 3 Stunden, Markierung 13
- von Mittewald (810 m), Aufstieg 1680 Hm, 5 Stunden, Markierung 16

Gasthof Alpenrosenhof, 2215 m, Privatbesitz, Tel. +39 0472 647170
Geöffnet: von Anfang Mai bis Ende Oktober
Ausstattung: 20 Schlafplätze, Heizung, Waschraum mit warmen Wasser, elektrisches Licht
Zugang:
- liegt direkt an der Passstraße (Pensersjoch 2211 m)
- von Asten (Pens) (1524 m), Aufstieg 691 Hm, 2 Stunden, Markierung 34

Meraner Hütte, 1980 m, Alpenverein Südtirol, Sektion Meran, Tel. +39 0473 279405
Geöffnet: ab 1. Mai bis 1. Sonntag im November
Ausstattung: 50 Schlafplätze, Heizung, Wasser, elektrisches Licht
Zugang:
- von der Bergstation der länger Seilbahn, bzw. Kabinenbahn Falzeben, Aufstieg 120 Hm, Abstieg 60 Hm, 1 Stunde, beschildert
- von Sarnthein – Obermacher (1638 m), Aufstieg 320 Hm, 1 ½ Stunden, Markierung 3

Zusätzliche Information: Alle Einstiegsmöglichkeiten der Hufeisentour sind auf der Talebene untereinander mit dem Linienbus verbunden. Parkplätze für das Privatfahrzeug sind ebenfalls an den einzelnen Ausgangspunkten vorhanden. Zu einem späteren Zeitpunkt werden dem Wanderer Panoramatafeln zur Verfügung stehen.

Der einfachste und bequemste Einstieg in die Hufeisentour: Von der Bergstation des Sesellift Schwarzsee (2070 m) am Ritten, Abstieg 40 Hm, Aufstieg 230 m, 1 Stunde, Markierung 1.

Numeri telefonici e apertura di rifugi e alberghi

Rif. Corno del Renon, 2261 m, CAI Bolzano, tel. 0471 356207
aperto: da inizio giugno a fine ottobre;
24 posti letto, acqua, corrente elettrica
accesso:
- dalla stazione a monte della seggiovia Schwarzsee (2070 m), dislivello in discesa 50 m; in salita 230 m, 1 ora, segnavia 1
- da Villandro, per Gasserhuette (1744 m), dislivello in salita 520 m, ore 2, segnavia 7
- da Barbiano (830 m) dislivello in salita 1430 m, ore 4, segnavia 3
- da Valdurna (1257 m), dislivello in salita 1004 m, ore 3.30, segnavia 2

Rif. Latzfonser Kreuz, 2311 m, privato, della parrocchia di Latzfons, tel. - fax 0472 545017, cell. 348 7042722, www.latzfonserkreuz.com
aperto: da inizio giugno a fine ottobre;
15 letti in camere + 32 posti letto in camerone, riscaldamento, acqua calda, luce elettrica
accesso:
- dal parcheggio Kuhof (presso Latzfons in valle d'Isarco); dislivello in salita 720 m, ore 2, segnavia 2, 17
- da S. Martino in Sarentino / stazione a monte dell'impianto a fune (2130 m), dislivello in salita 290 m, in discesa 110 m, ore 1.30, segnavia 11, 7
- da Valdurna (1510 m) in val Sarentino, dislivello in salita 800 m, 3 ore, segnavia 5, 17

Rif. Forcella Vallaga (Flaggerschartenhütte), 2481 m, CAI sez. di Fortezza, tel. 0471 625251
aperto: da metà giugno a metà settembre;
40 posti letto, riscaldamento, acqua calda, luce elettrica
accesso:
- da Valdurna (1510 m); dislivello in salita 970 m, ore 3, segnavia 16
- da Asten (Pennes) (1524 m), dislivello in salita 957 m, ore 3, segnavia 13
- da Mittewald (810 m), dislivello in salita 1680 m, ore 5, segnavia 16

Albergo Alpenrosenhof, 2215 m, privato, tel. 0472 647170
aperto: da inizio maggio a fine ottobre;
20 posti letto, riscaldamento, acqua calda, luce elettrica
accesso:
- situata direttamente alla Strada del Passo di Pennes (Passo di Pennes 2211 m)
- da Asten (Pennes) (1524 m), dislivello in salita 691 m, ore 2, segnavia 14

Rif. Merano (Meranerhütte), 1980 m, Alpenverein Südtirol sez. di Merano, tel. 0473 279405
aperto: dal 1. maggio alla 1. domenica in novembre;
50 posti letto, riscaldamento, acqua, luce elettrica
accesso:
- dalla stazione a monte della funivia Merano 2000, anche stazione a monte della cabinovia di Falzeben, dislivello in salita 120 m, in discesa 60 m, ore 1
- da Sarentino-Obermacher (1638 m), dislivello in salita 320 m, ore 1.30, segnavia 3

Informazioni aggiuntive: tutti i punti di partenza sono raggiungibili da bus di linea e comunque dotati di parcheggio.

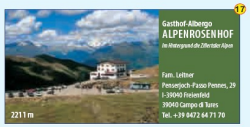
Punto di partenza ottimale per il "ferro di cavallo": dalla stazione a monte della seggiovia "Schwarzsee" (2070 m) al Renon; 40 m dislivello in discesa, poi segnavia nr. 1 al Corno del Renon, 1 ora

Betrachtungen eines Touristen

Sarntal ist dort, wo sich die Straße einsmals betrunken ins Tal gequält hat und heute in fast nüchternem Zustand in schwarze Löcher verschwindet, ängstlich, um auf der anderen Seite unerwartet in die warme Herbstsonne zu fallen.
In der Ferne die Sarner Scharte.
Sarnthein weicht dem nahenden Herbstabend noch lange nicht aus. Sogar in den engen Gassen liegt noch das Sonnenlicht. Ein Bauer wendet die Scholle, der Dorfgeruch riecht nach Land und Stallferne.
Hähner, Kinder und alte Leute überqueren unbehelligt die Straße, ein fremder Wagen fällt am Sonntag zwischen den Kirchgängern auf und wird beobachtet. Ein Fremder fällt im Dorf immer auf.
Schnellstraße wird es hier keine geben, da die Asphaltlinie, wenigstens im Sommer übers Penserjoch kriecht um auf der anderen Seite auf die Autobahn zu plumpsen.

Osservazioni di un turista

La val Sarentino è quel posto per raggiugere il quale un tempo si doveva percorrere una stradina da cui si usciva ubriachi a forza di curve e pareti a picco. Oggi con le numerose gallerie che alternano luce e buio le cose sono cambiate … ma mica poi tanto.
In lontananza la Sarner Scharte…
Sarnthino non si arrende facilmente alla sera; un raggio di sole illumina ancora anche il vicolo più stretto.
Un contadino zappa la terra, l'odore è di campagna e di lontananza dalla città.
Bambini, anziani, galline, tutti attraversano indisturbati la strada.
Una macchina straniera salta all'occhio, perché qui si conoscono tutti!



17

18

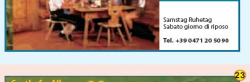
19

Wichtige Hinweise

Die Hufeisentour, die abgesehen vom steilen Zustieg, auf fast gleichbleibender Höhe durch die Sarntaler Alpen zieht und sich bei Durnholz zu einem Kreis schließt, birgt keine besonderen technischen Schwierigkeiten. In sieben Tagesetappen wandert man zum Großteil durch eine urige, naturbelassene Gegend, wie man sie ansonsten selten im Land findet. Während für Übernachtung und Verpflegung am Ende jeder Einzeletappe bestens gesorgt ist, gibt es auf vielen Wegabschnitten kaum oder überhaupt keine Einkehrmöglichkeiten. Gerade deshalb sollte der Wanderer nicht vergessen, dass er im Gebirge unterwegs ist. Das passende Schuhwerk, Wetterschutz und eine gute Kondition sind Mindestvoraussetzungen für die Begehung dieser einzigartigen Weitwanderung.
Einige Abschnitte der Hufeisentour sind ganzjährig begehbar und eignen sich zudem in den schneereichen Wintermonaten zum Schneeschuhwandern oder ergeben ein ideales Skitourenziel.
In den warmen Monaten bieten sich so gut wie alle Einzelstrecken als Tages- oder Rundwanderung an. Der Wanderer sollte vorausschauend vor allledem im Frühsommer und Spätherbst auf die Öffnungszeiten der Schutzhütten achten, um nicht am Ende einer langen Wanderung vor verschlossenen Türen zu stehen!
Der vorliegende Tourenplaner ist eine reine Empfehlung. Alle Angaben sind ohne Gewähr und sollten auf jeden Fall mit dem entsprechenden Kartenmaterial ergänzt werden (Topographische Wanderkarte TABACCO, 1:25.000, Blatt Nr. 040, Sarntaler Alpen). Die gesante Hufeisentour ist eingezeichnet zu den verschiedenen Wegnummern auf der gesamten Länge mit einem Hufeisen markiert.
Da der Weg ein Rundweg ist, kann man je nach Lust und Laune in die einzelnen Tagesetappen einsteigen. Der jeweilige Ausgangspunkt kann entweder mit dem Linienbus und zum Teil auch mit Hilfe mechanischer Aufstiegsanlagen erreicht werden. Da die Übernachtungsplätze auf den Schutzhütten begrenzt sind, ist eine telefonische Vorbestellung dringend anzuraten.
Die Gehzeiten sind ohne Pausen kalkuliert und sollten von Wanderer bei der Tourenplanung als reine Orientierungshilfe angesehen werden. Dem gut trainierten Bergwanderer ist es sicherlich möglich den einen oder anderen Berggipfel in der Umgebung der Hufeisentour „mitzunehmen", ohne in Zeitbedrängnis zu geraten.
Trotz alledem; besser früh gerung losgehen und genügend Zeit veranschlagen!
In ganz Südtirol kann über die zentrale Notrufnummer 118 Hilfe bei Bergunfällen angefordert werden.
Alle Angaben und Hinweise wurden mit bestem Wissen erarbeitet. Weder der Autor noch der Verlag haften für eventuelle Änderungen oder Ungenauigkeiten.
Informieren Sie sich jeweils bei den Hüttenwirten und Gastgebern über den Weggustand und die vor Ihnen liegende Teilstrecke!

23

24

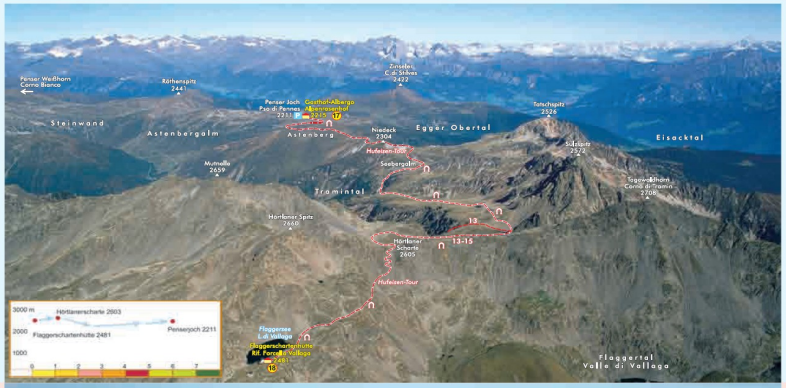


25

4. Tag – Flaggerschartenhütte, 2481 m – Alpenrosenhof, 215 m

Höhenunterschied: im Aufstieg ca. 350 Hm – im Abstieg ca. 650 Hm
Zeitempfehlung ohne Rastpausen: 6 Stunden
Kartenmaterial: Topographische Wanderkarte TABACCO 1:25.000, Blatt Nr. 040, Sarntaler Alpen
Einkehrmöglichkeiten: keine Einkehrmöglichkeiten auf der Strecke
Übernachtung & Verpflegung: Pensejochhaus (Stempelstelle für die Hufeisentour)
Besonderheiten: wunderbare Aussichtspunkte auf die im Norden gelegenen Bergketten

Wegverlauf: von der Flaggerschartenhütte auf Steig Nr. 13-15, (1) am rechten Seeufer vorbei, hinab in eine Rinne (anfangs etwas ausgesetzt; Sellsicherung), um dann zur Hörtlaner Scharte, 2603 m anzusteigen. Immer auf der Nr. 13, (2) bis zur Abzweigung Tramintal (Autex). Von dort Mark. (3) bis unter das Niedeck. (Weggabelung Nr. 14A und (5). Penser Joch). Unterm Astenberg herum zur Penser Alm, von dort zum Alpenrosenhof im Penser Joch anzusteigen.
Einstiegsvariante (Tagesrundwanderung): mit dem Auto oder Linienbus ins Penser Tal (Ortschaft Astein). Direkt an der Bushaltestelle in den Weg Nr. 13 einsteigen. Durch das Tramintal bis zur Weggabelung mit (3), der Markierung nördlich bis unter das Niedeck folgen. Weiter zum Penser Joch siehe Kapitel Wegverlauf. Der Rückweg vom Penserjoch nach Astein erfolgt über Weg Nr. 14.



4° giorno – rifugio forcella Vallaga, 2481 m – Alpenrosenhof, 2215 m

dislivello: in salita ca. 350 m; in discesa ca. 650 m
tempo di percorrenza: 6 ore
cartografia: cartina TABACCO 1:25000, foglio 40, monti sarentini
ristori: non ci sono ristori sul percorso
pernottamento: rif. passo Pennes (timbro "ferro di cavallo")
particolarità: numerosi splendidi laghetti montani

itinerario: dal rif. Forcella Vallaga per segnavia 13-15, (1) lungo la riva ds. del laghetto, poi giù per una valletta (un po' esposta, ma con fune di sicurezza) per risalire successivamente alla forcella Hörtlaner, 2603 m. Sempre per 13, (2) fino al bivio per la valle di Tramin (Lasle), da cui si prosegue per segnavia (3) fino sotto il Dosso Basso.
Proseguire verso sx. per segnavia 14a, (4) fino al passo Pennes.
Variante: dalla località Laste seguire il segnavia 13 (che inizia in prossimità della fermata dell'autobus).
Risalire la valle di Tramin fino a raccordarsi al segnavia (5), che si seguirà verso sx. fino al passo Pennes. Ritorno a Laste per segnavia 14 (totale ore 7,30).

28

5. Tag – Penser Joch, 2211 m – Weißenbach, 1335 m – Muls, 1253 m

Höhenunterschied: im Aufstieg ca. 350 Hm – im Abstieg ca. 1200 Hm
Zeitempfehlung ohne Rastpausen: 5.30 bis 6 Stunden
Kartenmaterial: Topographische Wanderkarte TABACCO 1:25.000, Blatt Nr. 040, Sarntaler Alpen.
Einkehrmöglichkeiten: keine Einkehrmöglichkeiten auf der Strecke
Übernachtung & Verpflegung: Murnerhof in Weißenbach, Hotel Feldrand oder Rabensteinerhof
Besonderheiten: die mächtige Pyramide des Weißhorns, auch „Sarner Matterhorn" genannt; die Steinwandseen, deren unterirdischer Abfluss den Ursprung der Talfer bildet

Wegverlauf: vom Alpenrosenhof auf dem Weg Nr. 12A, (1) Richtung Westen, vorbei am Penser Joch See bis zum Großjoch, 2557 m. Direkt überm Joch erhebt sich das Weißhorn, ein äußerst lohnender Abstecher für den schwindelfreien, trittsicheren Wanderer (Seilsicherung – Auf- und Abstieg ungefähr 1 Stunde). Vom Großjoch auf Weg Nr. 9, (2) zum Teil steil über Schrofen und Geröll zur Obergalm absteigen. Durch das Obergbergtal hinaus in die Ortschaft Weißenbach. Von Weißenbach mit dem Linienbus zur Haltestelle Feldrand oder Rabensteinerhof.
Variante ab Weißenbach: zu Fuß über den Talferdamm bis zum Gisser Bildstöckl. Beginn der Mark. (3), die den Wanderer zum Hotel Feldrand oder Rabensteinerhof bringt. Ab Weißenbach 1 Stunde.

5° giorno – passo Pennes, 2211 m – Riobianco, 1335 m – Mules, 1253 m

dislivello: in salita ca. 350 m; in discesa ca. 1200 m
tempi di percorrenza: ore 5.30-6.00
cartografia: cartina TABACCO 1:25000, foglio 40, monti sarentini
ristori: non ci sono ristori sul percorso
pernottamento: Murrerhof (loc. Riobianco); Hotel Feldrand (loc. Corvara) oppure Rabensteinerhof
particolarità: l'imponente piramide del Corno Bianco di Pennes, il "Cervino" della val Sarentino; i laghetti Steinwand, sorgenti della Talvera.

Itinerario: dall'Alpenrose per segnavia 12a, (1) si procede verso ovest e, passando presso il laghetto di Passo Pennese i laghi Steinwand, si raggiunge il Giogo delle Frane, 2257 m. Direttamente sopra il Gruppo a cui appartiene Corno Bianco, riservato ad escursionisti esperti (ore 1 dalla forcella). Dal Giogo delle Frane scendere per segnavia 9, (2) ghiaioni) fino a raggiungere la malga Oberberg. Proseguire per la valle di Oberberg fino a Riobianco. Da qui con autobus di linea fino alla fermata Feldrand (Corvara) oppure Rabensteinerhof.

6. Tag – Weißenbach, 1335 m – Muls, 1253 m – Meraner Hütte, 1980 m

Höhenunterschied: im Aufstieg ca. 850 Hm – im Abstieg 200 Hm
Zeitempfehlung ohne Rastpausen: 4 bis 4.30 Stunden
Kartenmaterial: Topographische Wanderkarte TABACCO 1:25.000, Blatt Nr. 040, Sarntaler Alpen
Einkehrmöglichkeiten: Ditralm, Kaserwiesalm
Übernachtung & Verpflegung: Meraner Hütte (Stempelstelle für die Hufeisentour)
Besonderheiten: diese Teilstrecke gibt Einblick in das harte Alltagsdasein der Bergbauern, zeigt Wildnis und Schönheit des kaum alltuhsam Sagbachtes, der bei Unwetter immer noch Angst und Schrecken einflößt. Zudem zeigt sich dem Wanderer die Almenwelt der Dürr- und Kaserwiesalm im Talkessel des Sagbachtales.

Wegverlauf: ab Rabensteinerhof auf dem Weg mit der Markierung (1), Nr. 13 am kleinen Stausee vorbei bis in die Fraktion Aberstückl. Immer weiter auf der Nr. 13, (2) schließlich durch eine Schlucht zur Ditralm im Sagbachtal und über die Kaserwiesalm zum Missensteiner Joch, 2128 m. Vom Joch direkt über den Weg Nr. 4 absteigen zur Meraner Hütte (vom Missensteiner Joch gut einsehbar).
Variante ab Missensteiner Joch: im kurzen Anstieg auf Weg Nr. 13 (3) zur Kaserllberghütte, 2300 m, um von dort zur Meraner Hütte abzusteigen (Nr. 14 (4). Zusätzlich 1.30 Stunden.

6° giorno – Riobianco, 1335 m – Mules, 1253 m – rifugio Merano, 1980 m

dislivello: in salita 850 m; in discesa 200 m
tempi di percorrenza: ore 4-4.30
cartografia: cartina TABACCO 1:25000, foglio 40, monti sarentini
ristori: malghe Dürr e Kaserwies
pernottamento: rif. Merano (timbro "ferro di cavallo")
particolarità: questo tratto offre uno spaccato sulla vita dura dei contadini di montagna, e l'ambiente alpestre delle malghe Dürr e Kaserwies.

itinerario: dal Rabensteinerhof per segnavia nr. 13, (1) passando accanto ad un laghetto artificiale, si raggiunge la frazione di Aberstückl (km 1gr). Sempre per 13, (2) attraverso una gola si raggiunge la malga Dürr in valle della Sega. Si prosegue per il giogo di Pietramala (Missensteinerjoch, 2128 m) passando la malga Kaserwies, sempre per 13. (3)
Dalla forcella scendere direttamente per segnavia nr. 4 al rif. Merano, oppure risalire lungo la dorsale per 13, (4) fino al rif. Valcanova, 2300 m per poi traversare per 14, (5) al rif. Merano,1980 m (calcolate ore 1.30 in più).

Über das Sarntal

Das Sarntal ist wohl einen der ursprünglichsten Täler Südtirols geblieben. Ebenso kann man dies von seinem Bewohner, dem Sarner, behaupten. Der Tourismus hat das Tal „verschont" und bietet deshalb dem Urlauber, dem Wanderer ein unberührtes Umfeld voller Ruhe und Harmonie. Das Sarntal ist mit 303 Quadratkilometern die flächenmäßig größte Gemeinde Südtirols und zählt 10 Ortschaften in einer Höhenlage von 970 bis 1500 Meter über dem Meeresspiegel. Der Hauptort ist Sarnthein, im gesamten Tal leben rt.300 Seelen.

Über 300 Kilometer bestens markierte Wander – und Spazierwege durchziehen das Sarntal.
Es sind jedoch nicht diese Zahlen, die der Gegend seine Bedeutung geben, sondern die Sarner selbst.

Jeder gute, bodenständige Südtiroler bezeichnet sich selbst seinem eigenen „Sarner". Eine schaftvolleine Trachtenjacke, die den „richtigen" Sarner bestens beschreibt. Warm und allen Wettern gewachsen, auf den ersten Blick fast ein wenig „unmodern" und nicht besonders anschmiegsam. Aber hat man den Sarner erst einmal gewandet, möchte man ihn nicht mehr lassen. Den Sarner und sein Tal muss man kennen lernen. Man muss sich Zeit nehmen, um die Geheimnisse und Tradition des Sarntales zu ergründen. Die Straße ins und aus dem Tal ist kurvenreich. Das Tal kann nur „langsam" erreicht werden.

Altes Handwerk und Tradition gibt es hier zuhauf. Die Federkielsticklerei, den „Reggl"-(Pfeifen) Macher, den Latschenkiefernölbrenner und den Messermacher.
Die Landschaft ist, wie sie schon immer gewesen. Altes Gehöft, steile Bergwiesen, Seen, eingebettet in eine wundersame Berglandschaft und überall noch Ruhe.

Durch diese Berglandschaft, die wir die Sarntaler Alpen nennen, führt die Hufeisentour und umrundet in sieben Tagesetappen eine Landschaft voller Harmonie. Eine Schleife, dem Hufeisen des Hallinger Pferdes gleich, die das Tal umrundet und den Wanderer in eine ferne Welt entführt.

Wer Aufregung und einen verplanten Urlaub sucht ist falsch im Sarntal, falsch auf der Hufeisentour. Wer Ruhe sucht, Erholung und Abstand von der Hektik des Alltages, dem ist anzuraten sich über die vielen Kehren und Kurven langsam ins Sarntal zu schlängeln, oder auf der Hufeisentour dieses Südtiroler „Relikt" zu umrunden.

La val Sarentino

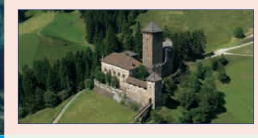
La val Sarentino è una valle rimasta alle sue origini. Lo stesso si può dire dei suoi abitanti, i sarentinesi. È stata risparmiata da uno sviluppo indiscriminato ed offre pertanto sia al turista che al trekker un ambiente montano tranquillo ed inarmonia con la natura. Il comune di Sarentino è, con i suoi 303 km², il più esteso dell'Alto Adige, anche se conta soltanto 6300 residenti. Comprende 10 frazioni poste a quote che vanno dai 970 ai 1500 m. Più di 300 km di sentieri si snodano sulle montagne circostanti. Non sono comunque questi numeri a dare "sapore" alla zona, ma i sarentinesi stessi.

Ogni sudtirolese autoctono possiede un "Sarner", un maglione di lana grezza con bottoni in osso. Anche se non è propriamente un capo "moderno" è adatto ad ogni stagione. Chi ne è abituato ad avere indosso il proprio „Sarner" farà fatica a rinunciarvi.

Per conoscere i sarentinesi e la loro valle bisogna avere pazienza. Già la strada tortuosa premette che la vallata si fa avvicinare solo con "lentezza".

Poi vi è tanto artigianato tradizionale: dal "Reglimacher"(produttore di pipe) al "Messermacher", al "Latschenkieferöl" (olio balsamico per massaggi).

La campagna è come un tempo: vecchi masi, prati ripidissimi, laghi, il tutto immerso, in una splendida e tranquilla coreografia alpina.



7. Tag – Meraner Hütte, 1980 m – Kreuzjöchl, 1984 m – Auener Jöchl, 1926 m – Samer Skihütte,1614 m – Sarnthein, 961 m

Höhenunterschied: im Aufstieg ca. 100 Hm – im Abstieg ca. 1050 Hm
Zeitempfehlung ohne Rastpausen: 4 bis 4.30 Stunden
Kartenmaterial: Topographische Wanderkarte TABACCO 1:25.000, Blatt Nr. 040, Sarntaler Alpen
Einkehrmöglichkeiten: Auener Alm, Samer Skihütte, Auener Hof
Besonderheiten: die Steinernen Mandln; empfehlenswertes Schneeschuhwandergebiet

Wegverlauf: Von der Meraner Hütte führt der Fernwanderweg E5 über die sanfte Hochfläche des Tschöggelberges zum Kreuzjoch und weiter zum Auener Joch. Direkt am Joch (Beschilderung, Markierung Nr. 2, (1) beginnt der Abstieg zur Auener Alm und zur Samer Skihütte. Von dort über den Weg Nr. 2, (2) in die Ortschaft Sarnthein. Es lohnt sich jedoch vom Auener Joch zu den Steinernen Mandln anzusteigen (zusätzlich 1 Stunde hin und zurück). Die Ansammlung von Steinformtionen (oder -Frauen) sind nicht nur wegen der einzigartigen Fernsicht ein lohnendes Ziel, sondern zählen zu den beachtenswerten Wahrzeichen des Tschöggelbergs und Sarntales.

Variante: vom Kreuzjöchl besteht die Möglichkeit über den Weg Nr. 15, später 2a im direkteren Abstieg zur Samer Skihütte hinunterzuwandern.

7° giorno – rifugio Merano, 1980 m – passo della Croce (Kreuzjöchl), 1984 m – giogo dei Prati (Auener Jöchl), 1926 m – rif. Sarentino, 1614 m – Sarentino, 961 m

dislivello: in salita ca. 100 m; in discesa ca. 1050 m
tempi di percorrenza: ore 4-4.30
cartografia: cartina TABACCO 1:25000, foglio 40, monti sarentini
ristori: Auener Alm, rif. Sarentino, Auener Hof
particolarità: "Steinerne Mandl" (uomini di pietre)

itinerario: dal rif. Merano per E5 (sentiero europeo), (1) per uno splendido plateau si raggiungono il passo della Croce e il giogo dei Prati. Da qui si inizia a scendere verso NE per segnavia 2, (2) fino a raggiungere la Auener Alm e il rif. Sarentino da cui, sempre per 2, (3) si scende a Sarentino paese.
Variante: dal giogo dei Prati si può proseguire per segnavia P agli "Steinerne Mandl" (uomini di pietre) che, oltre ad offrire un punto di osservazione a 360°, sono un simbolo del Tschöggberg e della val Sarentino.

20

21

22

26

27