



# Geführte Schneeschuh- und Vollmondwanderungen 07.12.2024 – 29.03.2025

deutsche Version: siehe Seite 1-5  
versione italiana: vedasi pagine 6-10  
English version: pages 11-15

## DIENSTAG

### Schneeschuhwanderung Innichen – Wildbad – Riese Haunoldhütte

- ✓ Startpunkt: 09.30 Uhr Tourismusverein Innichen
- ✓ Rückkehr: ca. 14.30 Uhr
- ✓ Gehzeit: ca. 2 h
- ✓ Schwierigkeitsgrad: mittel
- ✓ Höhenunterschied: ca. 300 m
- ✓ Ausrüstung: technische, knöchelbedeckende Bergschuhe (keine Winterstiefel), warmes Getränk (Thermos), Wärmeschutz, Handschuhe und Reserve-Mütze und Sonnenschutz

Spaziergang durch Innichen zum Ausgangspunkt (Parkhotel Sole Paradiso) der Schneeschuhwanderung. Zunächst durch den (hoffentlich) tiefverschneiten Fichtenwald zum Wildbad. Dann weiter über die SCHMIEDL Wiesen in gemütlichen eineinhalb bis zwei Stunden zur Riese Haunoldhütte (Einkehr ca. 1 Stunde). Abstieg nach Wunsch. Wer will kann mit der Sesslbahn abfahren ansonsten über einen anderen Weg zurück nach Innichen (nochmal 1 Stunde). Preis für die Talabfahrt mit dem Sessellift: € 19,50 pro Person.

## MITTWOCH

(25.12.2024 – 26.03.2025)

### Schneeschuhwanderung am Stiergarten mit Drei Zinnen Blick

- ✓ Startpunkt: 08.40 Uhr Tourismusverein Innichen (Bus um 9.03 ab Haunold)
- ✓ Rückkehr: ca. 16.00 Uhr
- ✓ Gehzeit: 4-5 h
- ✓ Schwierigkeitsgrad: anspruchsvoll
- ✓ Höhenunterschied: ca. 150 m bergauf / ca. 300 m bergab
- ✓ Ausrüstung: technische, knöchelbedeckende Bergschuhe (keine Winterstiefel), warmes Getränk (Thermos), Wärmeschutz, Handschuhe und Reserve-Mütze und Sonnenschutz

### **Achtung:**

- ✓ Wer an Herzkrankheiten leidet und/oder Medikamente nimmt, darf an dieser Tour nicht teilnehmen (rapider Höhenunterschied)!
- ✓ SÜDTIROL GUEST PASS bei Fahrt mit Linienbus nicht vergessen!

Mit dem Kleinbus (die ersten 8 angemeldeten Personen können im Kleinbus der Alpenschule mitfahren, alle weiteren Personen folgen dem Kleinbus mit dem Linienbus) fahren wir von Innichen zur Signaue, von wo wir die Kabinenbahn Drei Zinnen zum Stiergarten nehmen. Der Preis für die Bergfahrt beträgt € 25,00 pro Person. Wanderung mit Drei Zinnen Blick über die Klammbachalm zur Alpe Nemes Hütte, wo wir einkehren werden. Abstieg zum Kreuzbergpass und von dort Rückkehr nach Innichen mit Kleinbus bzw. Linienbus.



## DONNERSTAG



### **Schneeschuhwanderung Plätzwiese: Strudelkopf mit Drei Zinnen Blick**

- ✓ Startpunkt: 08:30 Uhr Tourismusverein Innichen
- ✓ Rückkehr: ca. 15.00 Uhr
- ✓ Gehzeit: ca. 2,5 h bergauf, ca. 1,5 h bergab
- ✓ Schwierigkeitsgrad: mittel
- ✓ Höhenunterschied: ca. 350 m
- ✓ Ausrüstung: technische, knöchelbedeckende Bergschuhe (keine Winterstiefel), warmes Getränk (Thermos), Wärmeschutz, Handschuhe und Reserve-Mütze und Sonnenschutz

### **Achtung:**

- ✓ Wer an Herzkrankheiten leidet und/oder Medikamente nimmt, darf an dieser Tour nicht teilnehmen (rapider Höhenunterschied)!
- ✓ Taxi obligatorisch für alle: € 20,00 für hin und retour nicht inklusive / die Auffahrt mit dem eigenen Auto ist aus organisatorischen Gründen nicht möglich (bei Absage nach 18.00 Uhr des Vortages muss das Taxi trotzdem bezahlt werden)

Mit dem Kleinbus von Innichen starten wir ins Altpragsertal und über die Schneefahrbahn der Plätzstraße erreichen wir das 2000 Meter hoch gelegene Almplateau. Von dort beginnt ein kurzer Spaziergang zur Plätzwiesenhütte (Base Camp). Hier schnallen wir uns die Schneeschuhe an. An Zirbenbeständen vorbei gewinnen wir in gemütlicher Wanderung die Hochebene und steigen auf den Strudelkopf (2.307 m). Ein verschwenderischer Rundblick und intensives Wintervergnügen für relativ wenig Aufstiegsleistung. Einkehrmöglichkeit am Ende der Wanderung.

## FREITAG

(27.12.2024 – 28.03.2025)

### **Schneeschuhwanderung Kreuzbergpass – Cima dei Colesei**

- ✓ Startpunkt: 08.40 Uhr Tourismusverein Innichen (Bus um 9.03 ab Haunold)
- ✓ Rückkehr: ca. 14.30 h
- ✓ Gehzeit: ca. 4 h
- ✓ Schwierigkeitsgrad: mittel
- ✓ Höhenunterschied: ca. 350 m
- ✓ Ausrüstung: technische, knöchelbedeckende Bergschuhe (keine Winterstiefel), warmes Getränk (Thermos), Wärmeschutz, Handschuhe und Reserve-Mütze und Sonnenschutz

Mit dem Kleinbus (die ersten 8 angemeldeten Personen können im Kleinbus der Alpenschule mitfahren, alle weiteren Personen folgen dem Kleinbus mit dem eigenen Auto oder mit dem Linienbus) fahren wir von Innichen bis zum Kreuzbergpass. Zunächst Wanderung durch die lichten Wälder die Piste überquerend zum Bärensee. Danach den herrlichen Bergwald querend zum Aussichtsgipfel des Colesei 1972 m. Sensationelle Einblicke in die tiefen Felstürme der östlichen Sextener Dolomiten. Entlang der Aufstiegsroute mit Varianten zurück zum Ausgangspunkt.

### **Achtung:**

- ✓ Wer an Herzkrankheiten leidet und/oder Medikamente nimmt, darf an dieser Tour nicht teilnehmen
- ✓ SÜDTIROL GUEST PASS bei Fahrt mit Linienbus nicht vergessen!



## **SAMSTAG**

### **Schneeschuhtour am Ratsberg**

Ab in die Stille – eine stille Schneeschuhwanderung

- ✓ Startpunkt: 13.00 Uhr Tourismusverein Innichen
- ✓ Rückkehr: ca. 16.30 Uhr
- ✓ Gehzeit: ca. 2 h
- ✓ Schwierigkeitsgrad: leicht
- ✓ Höhenunterschied: ca. 100 m
- ✓ Ausrüstung: technische, knöchelbedeckende Bergschuhe (keine Winterstiefel), warmes Getränk (Thermos), Wärmeschutz, Handschuhe und Reserve-Mütze und Sonnenschutz

Von Innichen fahren wir mit dem Kleinbus (die ersten 8 angemeldeten Personen können im Kleinbus der Alpenschule mitfahren, alle weiteren Personen folgen dem Kleinbus mit dem eigenen Auto) über Aufkirchen auf den Ratsberg. Hier beginnen wir unsere Rundwanderung durch verschneite Waldlichtungen mit atemberaubenden Ausblicke auf die Dolomiten. Wir lernen Tierspuren im Schnee zu erkennen, Losung lesen oder auch Gewürge zuzuordnen.

## **VOLLMONDWANDERUNGEN**

- SO, 15.12.2024
- MO, 13.01.2025
- MI, 12.02.2025
- FR, 14.03.2025

- ✓ Startpunkt: 21.00 Uhr Tourismusverein Innichen
- ✓ Rückkehr: ca. 23.00 Uhr
- ✓ Gehzeit: ca. 1,5 Stunden
- ✓ Schwierigkeitsgrad: leicht
- ✓ Höhenunterschied: 150 m
- ✓ Ausrüstung: technische, knöchelbedeckende Bergschuhe (keine Winterstiefel), warmes Getränk (Thermos), Wärmeschutz, Handschuhe und Mütze

Von Innichen starten wir die kurze Fahrt mit dem Kleinbus oder mit dem Privatauto zum Parkplatz des Innerfeldtales. Dort wandern wir im fahlen Licht des Vollmondes in das Innerfeldtal. In den verschneiten Lärchenwiesen genießen wir das Mondlicht und wandern anschließend wieder zurück zum Ausgangspunkt.



## ALLGEMEIN

- ✓ Anmeldefristen im Tourismusverein Innichen:
  - Dienstag, Mittwoch, Donnerstag & Freitag: innerhalb 18 Uhr des Vortages
  - Samstag: innerhalb 10.30 Uhr desselben Tages
  - Vollmondwanderungen: innerhalb 12.00 Uhr desselben Tages
  
- ✓ Die Wanderungen werden in jedem Fall durchgeführt (auch bei Schneemangel). Bei hoher Lawinengefahr oder anderen widrigen Bedingungen kann es zu Programmänderungen kommen.
  
- ✓ es gibt keine Mindestteilnehmerzahl, jedoch je nach Tour eine maximale Personenzahl
  
- ✓ Transfer:
  - Mittwoch & Freitag: die ersten 8 angemeldeten Personen können im Kleinbus der Alpenschule mitfahren, alle weiteren Personen folgen dem Kleinbus mit dem Linienbus
  - Donnerstag: organisierter Shuttle für alle Teilnehmer (€ 20,00 pro Person)
  - Samstag & Vollmondwanderungen: die ersten 8 angemeldeten Personen können im Kleinbus der Alpenschule mitfahren, alle weiteren Personen folgen dem Kleinbus mit dem eigenen Auto
  
- ✓ Verleih Schneeschuhe: € 5,00 pro Person
  
- ✓ Verleih Steigeisen (falls nötig, bei Schneemangel/Eis): € 5,00 pro Person
  
- ✓ Preise Bergbahnen: Änderungen vorbehalten
  
- ✓ Hunde sind bei KEINER Tour erlaubt
  
- ✓ Stornierungen sind nur innerhalb 18.00 Uhr des Vortages möglich.

---

### **Kontakt:**

Tourismusverein Innichen  
Pfleghplatz 1  
39038 Innichen  
Tel. +39 0474 913149  
e-mail: [info@innichen.it](mailto:info@innichen.it)  
online: [innichen.guest.net](http://innichen.guest.net)

---

## **Ausrüstungsliste für Schneeschuhwanderungen:**

- ✓ warme und feste knöchelbedeckende Bergschuhe mit Profilsohle (keine Winterstiefel) und evtl. Gamaschen (auch wasserfeste Halbschuhe sind für Tiefschnee nicht tauglich)
- ✓ warme Wandersocken oder Skisocken
- ✓ warme Wanderbekleidung oder dünne Skibekleidung (dicke Skibekleidung ist auch bei kälteren Temperaturen während des Wanderns zu warm.)
- ✓ Shirt zum Wechseln
- ✓ warme Jacke (für Pausen, Abstieg und bei Wind)
- ✓ Handschuhe (eventuell dünne für den Aufstieg und dicke für den Abstieg)
- ✓ Mütze
- ✓ Schal (z.B. Buff-Loop)
- ✓ Sonnenbrille
- ✓ Sonnenschutz
- ✓ Rucksack
- ✓ Getränk (bei kalten Temperaturen Thermoskanne)
- ✓ Verpflegung (auch bei kurzen Touren sollte man eine Kleinigkeit dabei haben. Ideal als Zwischenverpflegung sind: Müsliriegel, Obst, belegte Brote, Schokolade, usw. )
- ✓ Fotoapparat
- ✓ Geld (für eventuelle Einkehr in Hütten)
- ✓ SÜDTIROL GUEST PASS  
(Wanderungen mit event. Bus-Transfer mittwochs & freitags)



### **Achtung:**

**Mangelhafte Ausrüstung stellt gerade im Hochwinter ein erhebliches Sicherheitsrisiko dar, es ist aber auch wichtig, nicht unnötig Gewicht zu schleppen.**



# Ciaspolate guidate ed escursioni sotto la luna piena

## 07/12/2024 – 29/03/2025

### MARTEDÌ

#### Ciaspolata San Candido – Bagni di San Candido – Rif. Gigante Baranci

- ✓ punto di partenza: ore 09.30 ufficio turistico
- ✓ rientro: ore 14.30 circa
- ✓ tempo di cammino: circa 2 ore
- ✓ grado di difficoltà: mediofacile
- ✓ dislivello: 300 m
- ✓ attrezzatura: scarponi da trekking alti, rigidi che coprono la caviglia (no doposci, no timberland, no stivali invernali), thermos, abbigliamento invernale, guanti e berretto (eventualmente anche di riserva), protezione solare

Passeggiando per San Candido raggiungiamo il punto di partenza della ciaspolata (Parkhotel Sole Paradiso). Camminiamo fino ai Bagni di San Candido passando dal bosco di abeti (speriamo) innevato. Da lì proseguiamo ed in circa 1,5/2 ore raggiungiamo il Rif. Gigante Baranci (sosta di circa 1 ora). In seguito abbiamo varie possibilità per tornare a valle: Chi vuole può scendere con la seggiovia (€ 19,50) altrimenti torniamo a valle a piedi passando da una variante del percorso (circa 1 ora di cammino).

### MERCOLEDÌ

(25/12/2024 – 26/03/2025)

#### Ciaspolata allo Stiergarten con vista Tre Cime

- ✓ punto di partenza: ore 8.40 ufficio turistico (partenza del pullman di linea alle ore 9.03 dal Monte Baranci)
- ✓ rientro: ore 16.00 circa
- ✓ tempo di cammino: 4-5 ore
- ✓ grado di difficoltà: impegnativo
- ✓ dislivello: circa 150 m in salita e 300 m in discesa
- ✓ attrezzatura: scarponi da trekking alti, rigidi che coprono la caviglia (no doposci, no timberland, no stivali invernali), thermos, abbigliamento invernale, guanti e berretto (eventualmente anche di riserva), protezione solare

#### **Attenzione:**

- ✓ **chi soffre di problemi cardiaci e/o prende dei medicinali non può partecipare a questa ciaspolata (si affronta un grande dislivello in breve tempo)**
- ✓ **per chi viaggia con il pullman di linea: non dimenticare l'ALTO ADIGE GUEST PASS!**

Trasferimento con il pullmino (le prime 8 persone iscritte viaggiano con il pullmino della guida, tutte le altre persone prendono il pullman di linea) per andare fino alla Signau e da lì prendiamo la cabinovia Tre Cime che ci porta fino allo Stiergarten. Il costo per la salita è di € 25,00 a persona. L'escursione con vista Tre Cime ci porta prima alla malga Klammbach e poi alla malga Nemes. Quest'ultima è il nostro punto di sosta. Concludiamo la nostra escursione scendendo a piedi fino a Passo Monte Croce e rientriamo a San Candido.



## GIOVEDÌ

### **Ciaspolata a Prato Piazza – Monte Specie con vista Tre Cime**

- ✓ punto di partenza: ore 08.30 ufficio turistico
- ✓ rientro: ore 15.00 circa
- ✓ tempo di cammino: circa 2,5 ore in salita, 1,5 ora di discesa
- ✓ grado di difficoltà: mediofacile
- ✓ dislivello: 350 m circa
- ✓ attrezzatura: scarponi da trekking alti, rigidi che coprono la caviglia (no doposci, no timberland, no stivali invernali), thermos, abbigliamento invernale, guanti e berretto (eventualmente anche di riserva), protezione solare

#### **Attenzione:**

- ✓ chi soffre di problemi cardiaci e/o prende dei medicinali non può partecipare a questa ciaspolata (si affronta un grande dislivello in breve tempo)
- ✓ Taxi obbligatorio per tutti: € 20,00 per andata e ritorno non incluso / per questioni organizzative non è possibile andare con la macchina propria (in caso di disdetta dopo le ore 18 del giorno precedente la quota del taxi a persona verrà addebitata lo stesso agli ospiti.)

Trasferimento con il pullmino per la bellissima strada innevata fino a Prato Piazza (2.000 m). Ci adattiamo alla quota con i "10 passi" dal parcheggio fino al Rif. Prato Piazza (il nostro campo base). Ci prepariamo e mettiamo le ciaspe ai piedi – dopodiché partiamo per il bellissimo altopiano avvicinandoci alla nostra meta - il Monte Specie (2.307 m) con la spettacolare vista panoramica. Possibilità di sosta alla fine dell'escursione!

## VENERDÌ

(27/12/2024 – 28/03/2025)

### **Ciaspolata Passo Monte Croce – Cima dei Colesei**

- ✓ punto di partenza: ore 08.40 ufficio turistico (partenza del pullman di linea alle ore 9.03 dal Monte Baranci)
- ✓ rientro: ore 14.30 circa
- ✓ tempo di cammino: circa 4 ore
- ✓ grado di difficoltà: mediofacile
- ✓ dislivello: 350 m circa
- ✓ attrezzatura: scarponi da trekking alti, rigidi che coprono la caviglia (no doposci, no timberland, no stivali invernali), thermos, abbigliamento invernale, guanti e berretto (eventualmente anche di riserva), protezione solare

Trasferimento con il pullmino (le prime 8 persone iscritte viaggiano con il pullmino della guida, tutte le altre persone prendono il pullman di linea oppure la macchina propria) per andare al Passo Monte Croce. Camminando nei boschi e attraversando la pista da sci arriviamo al Lago dell'Orso. Passando per il bosco camminiamo fino al punto panoramico Cima dei Colesei a 1972 m. Vista mozzafiato sulla parte orientale delle Dolomiti di Sesto.

#### **Attenzione:**

- ✓ chi soffre di problemi cardiaci e/o prende dei medicinali non può partecipare a questa ciaspolata
- ✓ per chi viaggia con il pullman di linea: non dimenticare l'ALTO ADIGE GUEST PASS!



## **SABATO**

### **Ciaspolata al Monte Rota**

- ✓ punto di partenza: ore 13.00 ufficio turistico
- ✓ rientro: ore 16.30 circa
- ✓ tempo di cammino: circa 2 ore
- ✓ grado di difficoltà: facile
- ✓ dislivello: circa 100 m
- ✓ attrezzatura: scarponi da trekking alti, rigidi che coprono la caviglia (no doposci, no timberland, no stivali invernali), thermos, abbigliamento invernale, guanti e berretto (eventualmente anche di riserva), protezione solare

Partiamo da San Candido con il pullmino (le prime 8 persone iscritte viaggiano con il pullmino della guida, tutte le altre persone seguono il pullmino della guida con la propria macchina) e passando da Santa Maria andiamo al Monte Rota. Da lì iniziamo il percorso attraverso vie innevate godendo del panorama mozzafiato delle Dolomiti. Inoltre impariamo a riconoscere le tracce degli animali nella neve in mezzo al silenzio della nostra montagna.

### **Ciaspolata sotto la luna piena**

- DOM, 15/12/2024
  - LUN, 13/01/2025
  - MER, 12/02/2025
  - VEN, 14/03/2025
- 
- ✓ punto di partenza: ore 21.00 ufficio turistico
  - ✓ rientro: ore 23.00 circa
  - ✓ tempo di cammino: circa 1,5 ore
  - ✓ grado di difficoltà: facile
  - ✓ dislivello: 150 m
  - ✓ attrezzatura: scarponi da trekking alti, rigidi che coprono la caviglia (no doposci, no timberland, no stivali invernali), thermos, abbigliamento invernale, guanti e berretto

Da San Candido iniziamo la breve corsa con il pullmino (le prime 8 persone iscritte viaggiano con il pullmino della guida, tutte le altre persone seguono il pullmino della guida con la propria macchina) fino al parcheggio della Val Campo di Dentro. Da lì iniziamo l'escursione nella Val Campo di Dentro sotto la luce della luna. Nei prati innevati ammiriamo la luna piena. Di seguito ritorniamo al punto di partenza.





## **INFORMAZIONI GENERALI:**

- ✓ **iscrizione presso l'Associazione Turistica San Candido:**
  - martedì, mercoledì, giovedì e venerdì: entro le ore 18.00 del giorno precedente
  - sabato: entro le ore 10.30
  - ciaspolate sotto la luna piena: entro le ore 12.00
  - le escursioni vengono effettuate in ogni caso (anche con mancanza di neve)  
Le escursioni con le racchette da neve vengono fatte anche in caso di maltempo. Ad alto rischio di valanghe o altre condizioni sfavorevoli il programma potrebbe subire delle variazioni.
  
- ✓ non c'è alcun numero minimo di partecipanti, bensì un numero massimo di persone
  
- ✓ **transfer:**
  - mercoledì e venerdì: le prime 8 persone iscritte viaggiano con il pullmino della guida, tutte le altre persone seguono il pullmino con il pullman di linea
  - giovedì: pullmino organizzato per tutti i partecipanti
  - sabato e escursioni sotto la luna piena: le prime 8 persone iscritte viaggiano con il pullmino della guida, tutte le altre persone seguono il pullmino con la propria macchina!
  
- ✓ noleggio ciaspole: € 5,00 a persona
  
- ✓ noleggio ramponcini  
(se necessario, in caso di mancanza neve oppure ghiaccio): € 5,00 a persona
  
- ✓ prezzi impianti di risalita: si riserva il diritto di apportare modifiche
  
- ✓ cani non sono ammessi a NESSUNA delle ciaspolate
  
- ✓ è possibile cancellare la prenotazione solo entro le ore 18.00 del giorno precedente

---

### **Contatto:**

Associazione Turistica San Candido  
Piazza del Magistrato 1  
39038 San Candido  
Tel. 0474 913149  
e-mail: [info@sancandido.info](mailto:info@sancandido.info)  
online: [innichen.guest.net](http://innichen.guest.net)

---

## **Lista di attrezzatura per escursioni con le racchette da neve:**

- ✓ scarponi da trekking alti, rigidi che coprono la caviglia (no doposci, no timberland, no stivali invernali) ed eventualmente ghette, calze calde da sci o escursionismo
- ✓ vestiti da escursionismo caldi o tute da sci leggere (vestiti da sci molto pesanti sono troppo caldi per camminare.)
- ✓ maglietta da usare come cambio
- ✓ giacca calda (per le pause e la discesa)
- ✓ guanti (eventualmente un paio sottile per la salita e uno pesanti per la discesa.)
- ✓ berretto
- ✓ sciarpa
- ✓ occhiali da sole
- ✓ crema solare
- ✓ zaino
- ✓ bibite (con temperature fredde occorre un termos)
- ✓ approvvigionamento
- ✓ fotocamera
- ✓ soldi (per eventuali soste in rifugi)
- ✓ ALTO ADIGE GUEST PASS (per le escursioni il mercoledì e venerdì con eventuale trasferimento con pullman di linea)



### **Attenzione:**

**Non portare abbigliamento adatto è un rischio per la sicurezza,  
ma è anche importante non trascinare peso inutile.**



## Guided snowshoe- and full moon hike 07.12.2024 to 29.03.2025

### TUESDAY

#### **Snowshoe hike San Candido – Bagni di San Candido – Rifugio Gigante Baranci**

- ✓ Starting point: 09:30 am Tourist Information San Candido
- ✓ Return: approx. 2:30 pm
- ✓ Walking time: approx. 2 hrs
- ✓ Difficulty: intermediate
- ✓ Altitude differential: approx. 300 m
- ✓ Kit: technical, ankle-covering mountain boots (no winter boots), hot drink (thermos flask), thermal protection, gloves and spare hat, sun protection

Walk through San Candido to the starting point of the snowshoe hike (Parkhotel Sole Paradiso). First through the (hopefully) snowy spruce forest to Bagni di San Candido. Then a comfortable one and a half to two hour walk to the Rifugio Gigante Baranci (refreshment stop approx. 1 hour). Descent of your choice. You can opt to take the cable car. Otherwise, the walk back to San Candido via a different route takes one hour. Cost of descent via chair lift: 19,50 Euro per person

### WEDNESDAY

(25.12.2024 - 26.03.2025)

#### **Snowshoe hike on the Stiergarten with view of the Three Peaks**

- ✓ Starting point: 08.40 am Tourist Information San Candido (bus from Monte Baranci at 9.03 am)
- ✓ Return: approx. 4:00 pm
- ✓ Walking time: 4-5 hrs
- ✓ Difficulty: demanding
- ✓ Altitude differential: ascent approx. 150 m / descent approx. 300 m
- ✓ Kit: technical, ankle-covering mountain boots (no winter boots), hot drink (thermos flask), thermal protection, gloves and spare hat, sun protection

#### **Note:**

- ✓ Anyone suffering from heart disease and/or taking medication is not permitted to participate in this tour (rapid difference in altitude)!
- ✓ Don't forget your SÜDTIROL GUEST PASS!

By minibus (the first 8 registered persons can travel in the minibus of the Alpine School, all other persons follow the minibus by public bus) from San Candido to Signaue where we take the cable car Three Peaks to Stiergarten. Cost of the cable car ride is 25,00 Euro per person.

Hike with views of the Three Peaks via Malga Klammbach to Rifugio Alpe di Nemes, where we have a rest stop. Descent to Passo Monte Croce and from there return to San Candido by minibus, private car, or public bus.



## THURSDAY

### **Snowshoe hike Prato Piazza: Monte Specie with view of the Three Peaks**

- ✓ Starting point: 08:30 am Tourist Information San Candido
- ✓ Return: approx. 3:00 pm
- ✓ Walking time: ascent approx. 2.5 hrs / descent approx. 1.5 hrs
- ✓ Difficulty: intermediate
- ✓ Altitude differential: approx. 350 m
- ✓ Kit: technical, ankle-covering mountain boots (no winter boots), hot drink (thermos flask), thermal protection, gloves and spare hat, sun protection

#### **Note:**

- ✓ Anyone suffering from heart disease and/or taking medication is not permitted to participate in this tour (rapid difference in altitude)!
- ✓ Taxi obligatory for everyone: 20.00 Euro for the round trip not included / for organisational reasons it is not possible to drive up in your own car (in case of cancellation after 18.00 pm of the previous day the taxi must still be paid)

We set off into Valle di Braies Vecchia by minibus from San Candido and using the snow-covered road towards Prato Piazza we reach the 2000 meters high alpine plateau. From there it's a short walk to Rifugio Prato Piazza (base camp). There, we put on our snowshoes. Past Swiss pine woods we gently cross the high plateau and climb Monte Specie (2,307 m). A stunning circular view and intense winter fun for relatively small climbing effort. Refreshment stop possible at the end of the hike.

## FRIDAY

(27.12.2024 - 28.03.2025)

### **Snowshoe hike Passo Monte Croce – Cima dei Colesei**

- ✓ Starting point: 08.40 am Tourist Information San Candido (bus from Baranci at 9.03 am)
- ✓ Return: approx. 2:30 pm
- ✓ Walking time: approx. 4 hrs
- ✓ Difficulty: intermediate
- ✓ Altitude differential: approx. 350 m
- ✓ Kit: technical, ankle-covering mountain boots (no winter boots), hot drink (thermos flask), thermal protection, gloves and spare hat, sun protection

By minibus (the first 8 registered persons can travel in the minibus of the Alpine School, all other persons follow the minibus by public bus) from San Candido to Passo Monte Croce. At first hike through the light forests crossing the piste to Lago dell'Orso. Then, crossing the magnificent mountain woods to the panoramic summit of Colesei at 1972 m. Sensational views of the deep rock towers of the eastern Sesto Dolomites. Return to the starting point along the ascent route with some variants.

#### **Note:**

- ✓ Anyone suffering from heart disease and/or taking medication is not permitted to participate in this tour
- ✓ Don't forget your SÜDTIROL GUEST PASS when travelling by public bus!



## SATURDAY

### **Snowshoe tour on Monte Rota**

Into the silence - a silent snowshoe hike

- ✓ Starting point: 01:00 pm Tourist Information San Candido
- ✓ Return: approx. 4:30 pm:
- ✓ Walking time: approx. 2 hrs
- ✓ Difficulty: easy
- ✓ Altitude differential: approx. 100 m
- ✓ Kit: technical, ankle-covering mountain boots (no winter boots), hot drink (thermos flask), thermal protection, gloves and spare hat, sun protection

From San Candido we take the minibus (the first 8 registered persons can travel in the minibus of the Alpine School, all other persons follow the minibus by their own car) via Santa Maria to Monte Rota. Here, we start our circular hike through snowy forest clearings with breath-taking views of the Dolomites. We learn to recognise animal tracks in the snow, to read scats and to assign vomit to specific animals.

## FULL MOON HIKES

- SUN, 15.12.2024
- MON, 13.01.2025
- WED, 12.02.2025
- FRI, 14.03.2025

- ✓ Starting point: 09:00 pm Tourist Information San Candido
- ✓ Return: approx. 11:00 pm:
- ✓ Walking time: approx. 1.5 hours.
- ✓ Difficulty: easy
- ✓ Altitude differential: 150 m
- ✓ Kit: technical, ankle-covering mountain boots (no winter boots), hot drink (thermos flask), thermal protection, gloves, and hat

From San Candido it's a short ride by minibus (the first 8 registered persons can travel in the minibus of the Alpine School, all other persons follow the minibus by their own car) to the car park of Val Campo di Dentro. There we walk in the pale light of the full moon into Val Campo di Dentro. In the snow-covered larch meadows, we enjoy the moonlight and then hike back to the starting point.



## GENERAL

- ✓ Registration deadlines at the Tourist Information San Candido:
  - Tuesday, Wednesday, Thursday & Friday: By 06:00 p.m. of the previous day
  - Saturday: by 10:30 am
  - Full moon hikes: by 12:00 am
  
- ✓ The hikes will take place in all events, even where there is a lack of snow. In the event of a grave risk of avalanche or other adverse conditions, programme changes may occur.
  
- ✓ There is no minimum number of participants
  
- ✓ Transfer:
  - Wednesday and Friday: The first 8 registered persons can travel in the minibus of the Alpine School; all other persons follow the minibus by public bus
  - Thursday: Organised shuttle for all participants (20.00 Euro per person)
  - Saturday and full moon hikes: The first 8 registered persons can travel in the minibus of the Alpine School; all other persons follow the minibus in their own cars
  
- ✓ Snowshoe hire: 5.00 Euro per person.
  
- ✓ Crampons hire (if required, in lack of snow/ice): 5.00 Euro per person.
  
- ✓ Prices cable cars: changes not excluded
  
- ✓ Dogs are not permitted at ANY tour
  
- ✓ Cancellation possible only until 6 pm of the previous day

---

### **Contact:**

Tourist Info Innichen / San Candido  
Pflegetplatz 1 Piazza del Magistrato  
39038 Innichen / San Candido  
Tel. +39 0474 913149  
e-mail: [info@innichen.it](mailto:info@innichen.it) / [info@sancandido.info](mailto:info@sancandido.info)  
online: [innichen.guest.net](http://innichen.guest.net)

---

## Kit list for snowshoe hikes:

- ✓ technical, ankle-covering mountain boots with profiled soles (winter boots or low shoes are not suitable for deep snow) and possibly gaiters
- ✓ Warm hiking socks or ski socks
- ✓ Warm hiking clothes or thin skiwear (thick skiwear is too warm for hiking, even in colder temperatures)
- ✓ Spare shirt
- ✓ Warm jacket (for breaks, descent and when it's windy)
- ✓ Gloves (possibly thin for the ascent and thick for the descent)
- ✓ Hat
- ✓ Scarf (e.g. BUFF loop)
- ✓ Sunglasses
- ✓ Sunscreen
- ✓ Backpack
- ✓ Drink (in cold temperatures in a thermos flask)
- ✓ Refreshments (you should carry a snack even for short tours. Ideal snacks are: Muesli bars, fruit, sandwiches, chocolate, etc.)
- ✓ Camera
- ✓ Money (for any refreshment stop in an Alpine hut)
- ✓ SÜDTIROL GUEST PASS  
(hikes with possible bus transfer Wednesday & Friday)



### Note:

**Inadequate kit poses a considerable safety risk, especially in deep winter, but it is also important not to carry unnecessary weight.**