

### Percorsi di accesso

- » 1<sup>a</sup> tappa: - Mayrhofen -> Schlegeisspeicher  
- Vipiteno -> Passo di Vize -> sopra Stein
- » 2<sup>a</sup> tappa: Vipiteno -> Passo di Vize -> San Giacomo in Val di Vize -> Rifugio Venna alla Gerla
- » 3<sup>a</sup> tappa: Brennero -> Passo del Brennero
- » 4<sup>a</sup> tappa: - Gries al Brennero - Obernberg (Obernbergtal) o Gschnitz (Gschnitztal)  
- Salita al Rifugio Tribulaunhaus e al Giogo di Fleres
- » 5<sup>a</sup> tappa: Fleres di Dentro o Gschnitz/Fine della valle
- » 6<sup>a</sup> tappa: - Val Ridanna -> Fleres di Dentro/S. Antonio  
- Masseria in Val Ridanna
- » 7<sup>a</sup> tappa: Val Ridanna-> Masseria -> miniera di Monteneve -> salita al Rifugio Teplitzerhütte
- » 8<sup>a</sup> tappa: Merano (Burgraviato) -> Moso in Passiria -> punto di partenza: Rifugio Monteneve
- » 9<sup>a</sup> tappa: Merano (Burgraviato) -> Moso in Passiria -> Albergo Hochfirst
- » 10<sup>a</sup> tappa: Plan in Val Passiria
- » 12<sup>a</sup> tappa: Passiria -> Plan
- » 13<sup>a</sup> tappa: Passiria/Caines

### Parcheggi

- » 1<sup>a</sup> tappa: parcheggio gratuito sopra Stein
- » 2<sup>a</sup> tappa: parcheggio gratuito quarta curva Passo di Vize
- » 3<sup>a</sup> tappa: trasporti pubblici, parcheggio
- » 4<sup>a</sup> tappa: alla fine della valle Obernberg parcheggio a pagamento
- » 5<sup>a</sup> tappa: parcheggio gratuito sopra Stein/Fleres di Dentro
- » 6<sup>a</sup> tappa: trasporti pubblici, parcheggi a Fleres di Dentro/S. Antonio e Masseria
- » 7<sup>a</sup> tappa: trasporti pubblici, parcheggi a Masseria in Val Ridanna
- » 8<sup>a</sup> tappa: Timmelbus, parcheggio gratuito e incustodito lungo la strada Timmelsjoch
- » 9<sup>a</sup> tappa: Timmelbus, parcheggio gratuito e incustodito dell'Albergo Hochfirst
- » 12<sup>a</sup> tappa: trasporti pubblici, parcheggio
- » 13<sup>a</sup> tappa: trasporti pubblici, parcheggio

### Trasporti pubblici

- » Info: [www.sii.bz.it](http://www.sii.bz.it), [www.sasabz.it](http://www.sasabz.it) e numero verde 840 000 471
- » Info: MobilCard, [www.mobilcard.info](http://www.mobilcard.info)

### Numeri di telefono importanti

- » Prefisso telefonico Italia 0039 • Prefisso telefonico Austria 0043
- » Numero unico per l'emergenza sanitaria e per il soccorso alpino in Italia 118
- » Numero unico per il soccorso alpino in Austria 140
- » Numero unico di Emergenza Europea 112
- » Informazioni sul meteo • tel. +39 0471 271 177 • [www.provinz.bz.it/meteo](http://www.provinz.bz.it/meteo)

» Guide alpine:

**Vipiteno**

Hanspeter Eisendle, tel. +39 0472 764 531, cell. +39 347 252 24 80

Oswald Santin, cell. +39 335 539 95 57

Ulrich Schwingshackl, cell. +39 348 558 85 77

Pauli Trenkwaldner, cell. +39 349 289 45 32

Rainer Gerhard (accompagnatore d'escursionismo), cell. +39 335 804 75 45

**Colle Isarco**

Röck Max, cell. +39 329 459 06 08

Alpögger Robert, tel. +39 0472 770 017, cell. +39 340 418 00 54

Eisendle Hubert und Paul, tel. +39 0472 770 050, cell. +39 335 718 51 15

**Racines**

Martin Parigger, cell. +39 349 622 01 25

Alfons Fassnauer, cell. +39 335 521 64 62

**Val Passiria-Senales**

Robert Ciatti, tel. +39 338 561 44 67

Georg Hofer, tel. +39 349 284 07 16

Robert Kofler, tel. +39 339 691 57 31

» Associazione delle Guide Alpine dell'Alto Adige • tel. +39 0471 976 357 •

[www.bergfuehrer-suedtirol.it](http://www.bergfuehrer-suedtirol.it)

## Uffici turistici

**Consorzio Turistico Valle Isarco**

+39 0472 802 232

[www.valleisarco.com](http://www.valleisarco.com) • [info@valleisarco.com](mailto:info@valleisarco.com)

**Associazione Turistica Colle Isarco**

+39 0472 632 372

[www.colleisarco.org](http://www.colleisarco.org) • [info@colleisarco.org](mailto:info@colleisarco.org)

**Associazione Turistica Vipiteno**

+39 0472 765 325

[www.vipiteno.com](http://www.vipiteno.com) • [info@infovipiteno.com](mailto:info@infovipiteno.com)

**Associazione Turistica Racines**

+39 0472 760 608

[www.racines.info](http://www.racines.info) • [info@racines.info](mailto:info@racines.info)

**Associazione Turistica Val Passiria**

+39 0473 656 188

[www.passeiertal.it](http://www.passeiertal.it) • [info@passeiertal.it](mailto:info@passeiertal.it)

**Merano Marketing**

+39 0473 200 443

[www.meranerland.com](http://www.meranerland.com) • [info@meranerland.com](mailto:info@meranerland.com)

**Associazione Mayrhofen**

+43 (0)5285 6760

[www.mayrhofen.at](http://www.mayrhofen.at) • [info@mayrhofen.at](mailto:info@mayrhofen.at)

**Consorzio Turistico Wipptal**

+43 (0)5272 6272

[www.wipptal.at](http://www.wipptal.at) • [tourismus@wipptal.at](mailto:tourismus@wipptal.at)

**Associazione Obernberg al Brennero**

+43 (0)5274 874 625

[www.obernberg-tirol.at](http://www.obernberg-tirol.at) • [obernberg@wipptal.at](mailto:obernberg@wipptal.at)

## Suggerimenti per la sicurezza in montagna

1. Pianificate la gita a tavolino. Informazioni su lunghezza e grado di difficoltà sono indispensabili per la programmazione dell'escursione. Consultate il bollettino meteorologico e per informazioni più dettagliate, chiedete ai gestori dei rifugi.
2. Valutate oggettivamente le vostre condizioni psico-fisiche e scegliete un itinerario adeguato. Nel calcolare il tempo di cammino lasciatevi un margine di tempo sufficiente in modo da poter rientrare prima dell'imbrunire.
3. Bevete abbondantemente: acqua, tè o succhi naturali sono le bevande più adatte. Si consiglia di mangiare prodotti ricchi di fibre e proteine, come p.es. frutta secca, noci, pane integrale ecc.
4. È utile scegliere una velocità di marcia moderata e regolare. Specialmente quando si fanno delle escursioni con bambini occorre prevedere parecchie pause.
5. Prendetevi il tempo per scegliere l'abbigliamento adatto: Non devono mai mancare nello zaino dei capi d'abbigliamento che riparano dal freddo e dalla pioggia.
6. Mettete delle calzature adeguate che consentono un passo fermo e che proteggono le articolazioni. Portatevi sempre un kit di pronto soccorso.
7. Informatevi sulle condizioni meteorologiche. In caso di previsione di brutto tempo accorciate o interrompete l'escursione.
8. Abbiate riguardo dei più deboli del vostro gruppo d'escursione. In caso di incertezza scegliete la variante più sicura o tornate indietro.
9. Trattate la natura con rispetto: evitate di fare rumore, non abbandonate rifiuti nell'ambiente e proteggete la vegetazione. Rispettate le specie protette.
10. Seguite sempre i sentieri indicati e in caso di dubbio consultate la vostra cartina.  
(Quelle: Autonome Provinz Bozen-Südtirol, Assessorat für Tourismus)

## Controllo Zaino

### Consigliamo di portare solo il necessario

Questa lista è pensata come un aiuto per non dimenticare niente d'importante quando preparate lo zaino. Consigliamo di portare il meno possibile, per far sì, che il peso dello zaino, contenente anche bevande e provviste, non superi i 12-14 chili. Lo zaino di un escursionista esperto in media pesa soltanto 8 chili.

- » Capi d'abbigliamento adatti all'escursione e biancheria intima
- » Giacca a vento impermeabile
- » Almeno 1 litro di bevande
- » Provviste, barrette energetiche o glucosio
- » Piccolo kit di pronto soccorso
- » Telefonino
- » Torcia elettrica
- » Carta igienica
- » Fazzoletti, orologio, coltellino
- » Protezione solare: cappello, occhiali da sole, crema solare, protezione per le labbra
- » Sacco a pelo
- » Tuta, ciabatte
- » Asciugamano, deodorante, sapone, spazzolino da denti e dentifricio, detersivo
- » Medicinali

## Rifugi e alberghi dell'Alta Via Tiroler Höhenweg



### Rifugio Olperer – 1ª tappa

2.389 m · Fam. Daum  
cell. +43 (0)664 417 65 66 · valle +43 (0)5282 550 00  
info@olpererhuetten.de · www.olpererhuetten.info  
70 posti  
inizio giugno a inizio ottobre · cani su richiesta



### Rifugio Passo Vizze – 1ª tappa

2.276 m · Fam. Volgger  
rifugio +39 0472 630 119, valle +39 0472 767 754  
info@knappenhof.it · www.pfitscherjochhaus.com  
40 posti  
giugno a metà ottobre · cani su richiesta



### Rifugio Venna alla Gerla/Europahütte – 1ª tappa

2.276 m · Fam. Holzer  
rifugio +39 0472 646 076, valle +39 0472 630 156  
info@europahuetten.it · www.europahuetten.it  
90 posti  
inizio giugno a fine settembre · cani su richiesta



### Malga Sattelberg – 2ª tappa

1.637 m · Fam. Nagele  
rifugio +43 (0)5274 877 17  
sattelbergalm@tirol.com · www.sattelbergalm.at  
50 posti  
inizio giugno a metà settembre · cani su richiesta



### Albergo Waldesruh – 3ª tappa

1.450 m · Ingrid Schmöler  
tel. +43 (0)5274 875 75  
info@waldesruh-obernberg.net ·  
www.waldesruh-obernberg.net  
9 letti  
inizio maggio a metà ottobre · cani su richiesta



### Rifugio Calciati al Tribulaun – 4ª tappa

2.368 m · Daniela Eisendle e Fabrizio Ballerini  
rifugio +39 0472 632 470, cell. +39 348 008 03 49  
cell. +39 349 350 26 55, valle +39 0472 766 213  
info@tribulaunhuetten.com · www.tribulaunhuetten.com  
19 letti, 18 posti  
inizio luglio a fine settembre · cani su richiesta



### Rifugio Tribulaunhaus – 4ª tappa

2.064 m · Verena Salcher  
tel. +43 (0)5276 252, cell. +43 (0)664 405 09 51  
innsbruck@naturfreunde.at · www.naturfreunde.at  
1 camera doppia, 30 posti branda  
giugno a ottobre · cani su richiesta



### Rifugio Cremona alla Stua – 5ª tappa

2.423 m · Rudi Braunhofer  
rifugio +39 0472 632 472, cell. +39 346 734 67 98  
braunhofer.rudi@gmail.com · http://magdeburger.13h.de  
35 letti, 20 camere, 10 giaciglio di fortuna  
fine giugno a fine settembre · cani su richiesta



### Malga Moarerberg-Poschhaus – 7ª tappa

2.110 m  
cell. +39 348 816 69 77  
26 posti  
metà giugno a metà settembre · cani su richiesta



### Rifugio Monteneve – 7ª tappa

2.355 m · Heinz Widmann  
rifugio +39 0473 647 045, cell. +39 348 690 56 56,  
valle +39 0473 656 306  
info@schneeberg.org · www.schneeberg.org  
100 posti  
metà giugno a metà ottobre · cani su richiesta



### Rifugio Vedretta Piana – 7ª tappa

2.254 m · Fam. Hans Gasteiger  
rifugio +39 348 240 02 86, tel. +39 0472 758 175  
10 letti  
giugno a metà ottobre · cani su richiesta



### Albergo Hochfirst – 8ª tappa

1.763 m · Fam. Guffler  
tel. +39 0473 647 040  
www.13h.de  
43 posti  
maggio a novembre · cani su richiesta



### Rifugio Plan – 9ª tappa

2.979 m · Irmgard Fontana  
rifugio +39 333 658 34 51, tel. +39 0473 646 002  
zwickauer@13h.de · www.13h.de  
28 letti, 44 posti branda e camere  
inizio luglio a fine settembre · cani su richiesta



### Rifugio Petrarca – 10ª tappa

2.875 m · Anna Christa Fontana  
rifugio +39 0473 646 789, cell. +39 347 874 28 05,  
valle +39 0473 643 630  
stettiner@13h.de · http://stettinerhuetten.13h.de  
80 letti, 20 posti branda  
inizio luglio a fine settembre · cani su richiesta



### Rifugio dei Becchi – 12ª tappa

1.700 m · Fam. Schnitzer  
rifugio +39 0473 945 544, cell. +39 349 770 76 26  
cell. +39 347 320 65 53  
bockerhuetten@g-store.net · www.bockerhuetten.com  
3 camere per 2-3 pers., 30 posti  
metà aprile a fine ottobre · cani su richiesta