



LEGENDE

- Infobüro
- Parkplatz
- Bergbahnen (Biketransport)
- Doppelsessellift (Biketransport)
- Camping
- Via-Claudia-Augusta Radweg
- Aussichtspunkt
- Schloss, Museum

Nr.	Name	KM	HM	Start/Ziel
11	Val d'Uina-Reschenpass	68,9	1.732	Nauders/Nauders
12	Stablesrunde	8,3	470	Nauders/Nauders
13	Zur Goldseehütte	20,6	820	Nauders/Nauders
14	Bergkastelrunde	20,3	1.070	Nauders/Nauders
15	Zwei Seenerunde	11,8	560	Nauders/Nauders
16	Durch den Kompatschwald	17,1	680	Nauders/Nauders
17	Reschenrunde	20,5	563	Nauders/Nauders
18	Plamortrunde	26,8	940	Nauders/Nauders
19	Durch den Muntwald	13,0	585	Nauders/Nauders
20	Zur Labaunalalm	10,8	620	Nauders/Nauders
21	Schwarzseerunde	15,7	556	Nauders/Nauders
22	Schweizerunde	32,5	1.245	Nauders/Nauders
23	Zur Rossbodenalm	18,4	851	Reschen/Reschen
24	Unterspinrunde	19,7	592	Reschen/Reschen
25	bei Anfahrt über Nauders	+ 9,0	143	
26	Grünseetur	16,0	529	Reschen/ Nauders
27	bei Anfahrt über Nauders	+ 9,0	143	
28	Rund um den Reschensee	30,8	285	Nauders/Nauders
29	Zur Grauner Alm	12,9	790	Reschen/Grauner Alm
30	bei Anfahrt über Nauders	+ 9,0	143	
31	Rajenrunde	28,4	855	Reschen/Reschen
32	bei Anfahrt über Nauders	+ 9,0	143	
33	Durchs Radurschital	22,0	840	Pfunds/Pfunds
34	bei Anfahrt über Nauders	+13,0		
35	Zur Gschneier Alm	22,2	1.072	Pfunds/Pfunds
36	bei Anfahrt über Nauders	+13,0		
37	Rund um den Frudiger	24,2	1.022	Pfunds/Pfunds
38	bei Anfahrt über Nauders	+13,0		
39	Zur Ochsenberg Alm	17,8	1.051	Pfunds/Pfunds
40	bei Anfahrt über Nauders	+13,0		
41	Kobler Alm Runde	22,4	980	Pfunds/Pfunds
42	bei Anfahrt über Nauders	+13,0		
43	Trainingsstrecke Wand	10,4	570	Pfunds/Pfunds
44	bei Anfahrt über Nauders	+13,0		
45	Rund um die Zanderwiesen	10,3	413	Reschen/Grauner Alm
46	Plagott-Haider Alm	15,1	670	Reschen/St. Valentin
47	bei Anfahrt über Nauders	+ 9,0	143	
48	Rajen-Vallungtal	27,7	1.070	Reschen/Reschen
49	bei Anfahrt über Nauders	+ 9,0	143	
50	Langtaufereer Tal	27,3	800	Graum/Graum
51	bei Anfahrt über Nauders	+12,0	143	
52	St. Valentin - Plawenn - Planeier Alm	29,4	1.300	Reschen/St. Valentin
53	bei Anfahrt über Nauders	+18,0	143	
54	Sesvannahütte	26,9	1.210	Burgeis/Burgeis
55	bei Anfahrt über Nauders	+26,0	143	
56	Sterberghütte	16,4	935	Taufers im Münstertal
57	bei Anfahrt über Nauders	+38,0	143	
58	Almroundfahrt	38,3	1.470	Taufers im Münstertal
59	bei Anfahrt über Nauders	+38,0	143	
60	Urezzas	20,6	868	Martina/Martina
61	bei Anfahrt über Nauders	+ 8,3		
62	Val Sinestra	38,8	1.167	Triench in Sent
63	bei Anfahrt über Nauders	+22,0		
64	Ramosch	21,7	930	Ramosch/Ramosch
65	bei Anfahrt über Nauders	+18,2		

VERHALTENSREGELN:

- ▶ **Beachte die Regeln und die manchmal unvermeidbaren Sperrungen in deinem eigenen Interesse:**
- ▶ Fahre stets mit kontrollierter Geschwindigkeit und auf halbe Sicht, besonders bei Kurven, da jederzeit mit Hindernissen zu rechnen ist (z.B. Fahrbahnschäden, Steine, Äste, zwischengelagertes Holz, Weidevieh, Weideroste, Schranken, Traktor-Forstmaschinen, Fahrzeuge von Berechtigten)!
- ▶ Nimm Rücksicht auf Wanderer und Fußgänger, überhole nur im Schrittempo!
- ▶ Nimm Rücksicht auf den Schwierigkeitsgrad der Strecke und schätze deine Erfahrungen und dein Können als Biker genau ein!
- ▶ Schütze deinen Kopf durch einen Helm und kontrolliere die Ausrüstung vor Antritt jeder Biketour (Bremsen, Klingel, Licht)!
- ▶ Halte dich an Absperrungen und akzeptiere, dass dieser Weg primär der land- und forstwirtschaftlichen Nutzung dient! Schließe die Weidegatter!
- ▶ Nimm Rücksicht auf Natur und Wild, verlasse die gekennzeichnete Route nicht, verzichte auf das Fahren abseits der geöffneten Wege und beende deine Biketour vor der Dämmerung. Hinterlasse keine Abfälle!



VOM GLETSCHERWASSER BIS ZUM CAPPUCCINO ...

VOM FAMILIENRADWEG BIS ZUM SINGLETRAIL!

Das, was die 3-Länder-Rad- und Bike-arena zu bieten hat, ist wahrhaftig großartig! 2.200 Kilometer, 80.000 Höhenmeter – für jeden Radbegeisterten die richtige Herausforderung. Egal ob Familienradler oder Extrembiker, die drei Länder Tirol, Engadin und Vinschgau begeistern durch ihre Kontraste. So wie Cappuccino und Gletscherwasser.

Wo gibt es südliches Flair, mediterranes Klima und Berge der Superklasse? Wer kennt nicht die Highlights einer jeden Transalpenüberquerung wie die Unaschlucht, das Madritschjoch, den Tarscher Pass? Diese legendären Touren und noch viel mehr Herausforderungen finden Sie in der 3-Länder-Rad- und Bikearena. Als Gegensatz zu den Extremtouren steht der Radweg Via Claudia Augusta, ein Radweg auf den Spuren der Römerstraße. Und mittendrin gibt es noch viele weitere Mountainbike-Highlights, die man einfach gefahren sein muss. Für Rennradfahrer ist das Stilfser Joch immer eine Reise wert, weitere traumhafte Rennrad-Touren führen ins Martellital, in das Schnalstal oder auf das Timmelsjoch bzw. auf den Gampenpass. Alles Rennradstrecken mit höchsten Notizen. Also heringeradelt in die 3-Länder-Rad- und Bikearena.

MOUNTAINBIKEMODELL TIROL

Die Beschilderung:

Regionale Nummer

Die Schwierigkeiten:

- Blau** *leicht*  
 Familienfreundliche, auch mit normalen Fahrrädern befahrbare Radwanderwege mit guter Fahrbahndecke (Feinschotterung oder Asphalt und vergleichbare Decken). Steigungen und Gefälle zwischen 0% und 5%, auf kurzen Strecken maximal 10%. Wechsel von Steigung und Gefälle, keine kontinuierlichen Anstiege. KFZ-Verkehr sowie KFZ-verkehrsarme Wege. Es treten keine besonderen Gefahrenbereiche auf oder auf Gefahrenstellen wird durch besondere Kennzeichnung (z.B. Beschilderung) hingewiesen.
- Rote** *mittelschwer*  
 Erfordert sportliches Radfahrkönnen und besonders defensives Fahrverhalten. Mountainbikeausrüstung wird empfohlen. Steigung und Gefälle zwischen 5% und 12%, auf kurzen Strecken bis maximal 17%. Es treten unübersichtliche, kurvenreiche Streckenabschnitte auf. Mit KFZ-Verkehr, der die gesamte Wegbreite beansprucht, muss gerechnet werden. Die Wegausstattung, unter anderem die Fahrbahnschaffenheit, Entwässerungseinrichtungen (z.B. Wasserspulen), Absperrvorrichtungen (z.B. Schranken), die Sicherheitseinrichtungen (z.B. fehlende Geländer und Zäune) und Hinweise auf Gefahrenstellen, ist ausschließlich auf Wirtschaftsverkehr mit Traktoren und LKW ausgerichtet. Derartige Einrichtungen können an sich bereits Gefahrenstellen für Radfahrer darstellen. Es ist mit Absperrungen der Strecke aus betrieblichen Erfordernissen (z.B. Holzschlaggerung und -transport) im Wegbereich lagerten Gütern, Betriebsmitteln und abgestellten Maschinen und Gefahrenstellen infolge von Naturereignissen jederzeit zu rechnen. An die Weganlage anschließendes Steilgelände ist ungeschützt.
- Schwarz** *schwierig*  
 Anspruchsvolle MTB-Strecke mit zahlreichen Gefahrenmomenten, die die Maximalsteigung der roten Strecke übersteigt und deren Streckencharakteristik noch schwieriger ist. MTB-Ausrüstung ist obligatorisch. Situationsangepasstes vorausschauendes Fahren ist erforderlich.
- Orange** *extrem schwierig*  
 Extreme und anspruchsvolle Strecke, kein autobefahrbarer Weg mehr. Charakter eines alpinen Steiges mit allen alpinen Gefahren. Absturzgefahr möglich, keine Sicherungseinrichtungen wie Geländer vorhanden, sehr steil. Mit Hindernissen wie hohen Stufen, Wurzeln und Felsblöcken muss gerechnet werden. Nicht immer fahrbar, zum Teil, je nach Fahrkönnen, Schiebe- und Tragestrecken. Durch Witterungseinflüsse können dies Strecken oft nur noch schwer passierbar werden.

GPS Daten finden Sie zum downloaden auf unserer Homepage unter [www.nauders.com](http://www.nauders.com)



6. Val Sinestra

Abwechslungsreiche Rundtour, zuerst flach zum Ennollen, dann rund um das Val Sinestra und später mit schönem Panorama immer hoch über dem Intal, dann ein rasanter Schottersteig...

Hin-/Retourweg 38,8 km Höhendifferenz 1.167 Hm



7. Ramosch

Technisch leichte, aber konditionell mittelschwere Rundtour auf der Sonnenseite des Untereingangs, bietet dafür aber einen schönen Blick auf das Intal.

Hin-/Retourweg 21,7 km Höhendifferenz 930 Hm



11. Val d'Uina-Reschenpass

Das Tourenhighlight für Konditionstiger - 3 Ländertour A1/CH durch das sagenhafte Val d'Uina - von MountainbikeMagazinen als eine der schönsten Touren der Alpen bezeichnet...

Hin-/Retourweg 68,9 km Höhendifferenz 1.732 Hm



32. Höferunde: Stables-Novelles-Parditsch

Nicht allzu anstrengende Rundtour in der unmittelbaren Umgebung von Nauders, die abgesehen von einem Pass zwischen Stables und dem Novelleshof...

Hin-/Retourweg 13 km Höhendifferenz 230 Hm



33. Zur Goldsehütte

Abwechslungsreiche Rundtour, die eine fahrtechnische anspruchsvollere Passage beinhaltet, welche teilweise auf einer Skipiste verläuft.

Hin-/Retourweg 20,6 km Höhendifferenz 820 Hm



34. Bergkastelrunde

Rundtour zur Bergstation Bergkastel-Seilbahn, auf 2.200 m Downhill zur Goldsehütte (Enkehr), Aufstieg zum Stables- & Novelleshof (Enkehr), auf Schotter zurück nach Nauders.

Hin-/Retourweg 20,3 km Höhendifferenz 1.070 Hm



35. Zwei Seerunde

Sehr kurze Achterschleife, die zwei fahrtechnische schwierige Downhills zu bieten hat, bei denen Können voll auf ihre Kosten kommen.

Hin-/Retourweg 11,8 km Höhendifferenz 560 Hm



37. Reschenrunde

Abwechslungsreiche Rundtour zum Reschensee, steiler Anstieg zur Kompatschkapelle, über Schotter auf 1.800 m, dann Downhill zum See, über Radweg retour nach Nauders.

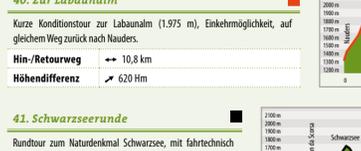
Hin-/Retourweg 20,5 km Höhendifferenz 563 Hm



38. Plamortrunde

Rundtour führt über die Staatsgrenze nach Italien an alten Kasernenruinen vorbei, bietet vom 2.000 m hoch gelegenen Plamort einen herrlichen Blick auf den Reschensee.

Hin-/Retourweg 26,8 km Höhendifferenz 940 Hm



40. Zur Labaunalm

Kurze Konditionstour zur Labaunalm (1.975 m), Einkehrmöglichkeit, auf gleichem Weg zurück nach Nauders.

Hin-/Retourweg 10,8 km Höhendifferenz 620 Hm



41. Schwarzseerunde

Rundtour zum Naturdenkmal Schwarzsee, mit fahrtechnisch schwierigen Downhillpassagen, die nur für Könner fahrbar sind.

Hin-/Retourweg 15,7 km Höhendifferenz 556 Hm



43. Rossbödenalm

Panoramator zur Rossbödenalm (2.365 m), steiler Aufstieg wird belohnt durch traumhaften Blick zum Reschensee und zur Gletscherwelt der Weißkugel.

Hin-/Retourweg 18,4 km Höhendifferenz 851 Hm



44. Unterspinnrunde, Reschneralm

Durch herrliche Lärchenwälder hoch zur Reschneralm (Enkehr) mit Fotopunkt auf den Reschensee, mittlere Konditionstour auf guten Waldwegen.

Hin-/Retourweg 18,4 km Höhendifferenz 851 Hm



45. Grünsetour

Diese Streckentour führt von Italien nach Österreich vorbei am Grünsee, traumhafter Downhill durch alten „Tiefer Sommerweg“ zurück nach Nauders.

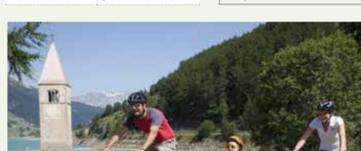
Hin-/Retourweg 16 km Höhendifferenz 529 Hm



46. Rund um den Reschensee

Rundtour um den Reschensee, bis auf ein 2 km langes Teilstück kann die Tour komplett auf verkehrsfreiem Radweg gefahren werden, eignet sich besonders für Familien, ist fahrtechnisch wie konditionell leicht und daher gut für Kinder.

Hin-/Retourweg 30,8 km Höhendifferenz 285 Hm



47. Zur Grauner Alm

Auf schön ausgebautem Schotterweg bis zur Grauner Alm und auf dem selben Weg wieder retour. // Anfahr über Nauders

Hin-/Retourweg 12,9 km Höhendifferenz 790 Hm



48. Rojenrunde

Rundtour entlang dem Reschensee mit anschließendem Anstieg zum Weißen Rojen (1.800 m), auf Schotter und Asphalt zurück nach Reschen.

Hin-/Retourweg 28,4 km Höhendifferenz 855 Hm



49. Durchs Radurschital

Streckentour, die entlang des Radurschbuchs bis zur Radurschalm führt und so gut wie keine technischen Ansprüche stellt.

Hin-/Retourweg 12,9 km Höhendifferenz 790 Hm



50. Zur Gschneier Alm

Wendepunktstrecke, die an die Kondition hohe, jedoch an die Fahrtechnik nur geringe Anforderungen stellt.

Hin-/Retourweg 22,2 km Höhendifferenz 1.072 Hm



51. Rund um den Prudiger

Abwechslungsreiche Rundtour, die teilweise hohe Anforderungen an die Fahrtechnik stellt.

Hin-/Retourweg 24,2 km Höhendifferenz 1.022 Hm



52. Zur Ochsenberg Alm

Kurze Streckentour, die jedoch konditionell nicht zu unterschätzen ist, da auf relativ kurzen Teilstücken viele Höhenmeter zu überwinden sind.

Hin-/Retourweg 17,8 km Höhendifferenz 1.051 Hm



53. Kobler Alm Runde

Anspruchsvollere Rundtour, die zunächst durch den Kobler Schutzwald führt, anschließend rund um den Rauhen Kopf verläuft und schließlich am Inn entlang nach Pfunds zurückkehrt.

Hin-/Retourweg 22,4 km Höhendifferenz 980 Hm



54. Trainingsprintstrecke Wand

Stelle Trainingsprintstrecke zum Weißen Wand, mit Weitblick ins schweizerische Engadin und in der Fortsetzung nochmaliger anspruchsvoller Anstieg in den Wanderwald.

Hin-/Retourweg 10,4 km Höhendifferenz 570 Hm



55. Rund um die Zanderwiesen

Route ist vor allem für Einsteiger gut geeignet, da nach einem kurzen und relativ flachen Stück eine nicht allzu anstrengende Steigung folgt.

Hin-/Retourweg 10,3 km Höhendifferenz 413 Hm



56. Plagött-Haider Alm

Steiler Anstieg zur Haider Alm 2.100 m (Enkehr), traumhafter Panoramablick zum Reschensee, Abfahrt über Schotter nach Reschen.

Hin-/Retourweg 9 km Höhendifferenz 670 Hm



57. Rojen-Vallungtal

Das lange und landschaftlich äußerst reizvolle Vallungtal wird an seinem einzigen besiedelten Ort Rojen vorbei bis in den Talschluss behahren. Speziell die letzten Kilometer im hinteren Teil des Tales fordern Mensch und Bike mit grobem Schotter und einigen Bachdurchfahrten.

Hin-/Retourweg 27,7 km Höhendifferenz 1.070 Hm



58. Langtaufener Tal

Rundtour, Hinfahrt auf der rechten Talflanke, zurück im Talboden. Einkehr in der Melagreralm (1.800 m), Anfang bis Mitte August viel Vekel.

Hin-/Retourweg 27,3 km Höhendifferenz 800 Hm



60. St. Valentin-Plawenn-Planeiler Alm

Abwechslungsreiche Tour, die in mehreren Schleifen und dadurch einigen Kombinationsmöglichkeiten in zwei Seitentälern des Vinschgauer Tals führt.

Hin-/Retourweg 29,4 km Höhendifferenz 1.300 Hm



61. Sevennahütte

Konditionell schwere Tour mit heftiger Schiebepassage zur Sevennahütte 2.258 m (Enkehr). Die Tour in Gegenrichtung zu fahren, mit Asphalt hinauf und Schotter hinunter, ist empfehlenswert.

Hin-/Retourweg 26,9 km Höhendifferenz 1.210 Hm



62. Stierberghütte

Kürzere aber anstrengende Tour in ein Seitental des Müntertales mit einer bewirtschafteten Hütte als Tourenziel.

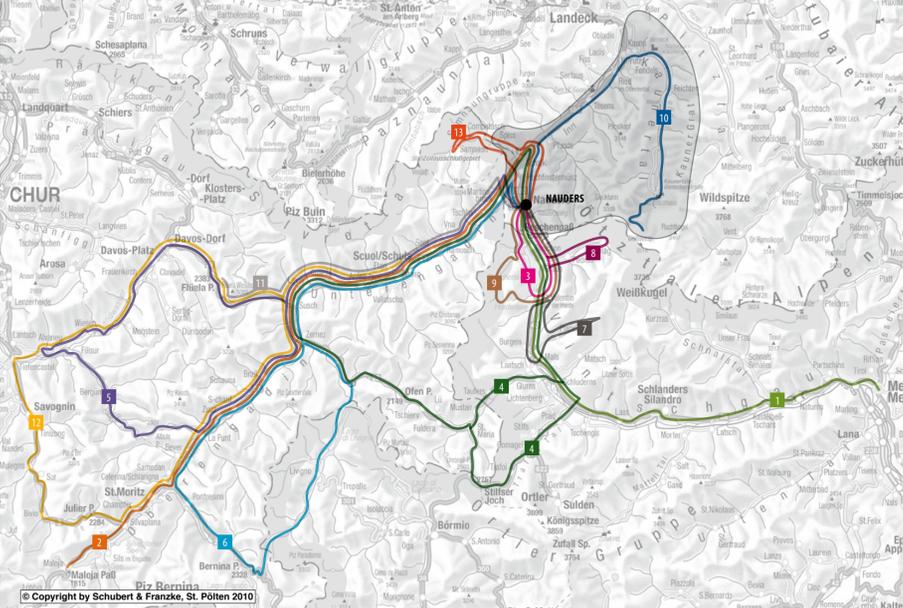
Hin-/Retourweg 16,4 km Höhendifferenz 935 Hm



63. Almrundfahrt

Schwere und lange Tour, die in das Engadin hinüberführt. Am Beginn muss man leider die Hauptstraße bis nach Müstair benutzen.

Hin-/Retourweg 38,3 km Höhendifferenz 1.470 Hm



GEFÜHRTE BIKETOUREN

Geführte Biketouren vom Tourismusbüro Nauders jeweils Dienstags und Freitags, kostenloser Bikeverleih möglich!

- Geführte Biketouren auch für Nicht-Hotelgäste: Alpenhof Nauders, Mountainbike-Guide, Outdoorclub, Bike profis Nauders, Harry Ploner.

BERGBAHNEN NAUDERS

Mit den Nauderer Bergbahnen können die Mountainbikes zur Bergstation Bergkastel und zum Mutzkopf transportiert werden.

RAD & SPORTSHOPS IN NAUDERS

- Auto & Fahrradwerkstätte Auto Hutter, Sportalm Wassermann, Import Penz, Skistadi Ortler.

E-Bike Verleihstationen

Table with columns: Shop Name, Location, Address. Includes Hotel Post, Prutz, Gasthof Intaleralhof, etc.



GONDELTOUREN

Drei Länder, 2.200 km, 80.000 Höhenmeter... Die Bergbahnen als Aufstiegs-hilfe erschließen schöne Rundtouren und können mit der 3-Länder-Summercard GOLD beliebig oft benutzt werden.

VIA-CLAUDIA-HUCKEPAK

Von ca. Mai bis Oktober bietet der Österreichische Postbus auf der Linie Landeck - Nauders einen kostenlosen Huckepacktransport der Fahrräder an.

DIE VINSCHGERBAHN

Eignet sich perfekt für einen „rollenden“ Rücktransport nach einem Bikeausflug. Die Vinschgerbahn fährt zwischen Bozen und Mals.

TAXISERVICE IN NAUDERS

- Taxi Schmid, Taxi Mair, Taxi Padollier.

BIKE-LINE-TOURENKARTEN

Sind bei den bikespezialisierten Vermietern sowie bei den Tourismusbüros und im guten Fachhandel erhältlich.



VORTEILSCARD „3-LÄNDER SUMMERCARD GOLD“

Die 3-Länder Summercard GOLD gilt in allen drei Grenzregionen (A-I-CH) und bietet viele kostenlose Leistungen.

3-LÄNDER SUMMERCARD GOLD 2013

GÜLTIG: 3 TAGEN ODER 6 in 7 TAGEN

PREISE: Kinder bis Jg. 1999 frei! 3 Tage > € 35,00 | 6 in 7 Tagen > € 46,00

- 6 Bergbahnen (2 in Nauders, Haideralm, Schöneben, Maseben, Scuol), Freie Benützung der ÖBB-Postbusse (A), Landeck bis Nauders, inkl. Kaunertal, Serfaus-Fisss-Ladis, Samnaun (CH) und Naturparkhaus Kaunergat, Freie Benützung der öffentlichen Verkehrsmittel von Nauders bis Mals/Meran, inkl. Vinschgerbahn (I) von Mals bis Meran/Bozen inkl. Stadt- und Citybusse, Freie Benützung der Schweizer Postautos (CH) von Nauders bis Scuol, 1 x Schifffahrt mit der MS Hubertus am Reschensee (ab August), Kostenloser Eintritt Alffinsternitz, Di.-So. von Juni bis September, Ermäßigung auf die Karleschobahn (3.100 m), Ermäßigung Kaunertaler Gletscherstrasse, Alle Leistungen der Summercard Nauders, Zahlreiche Ermäßigungen der Summercard Nauders, Die Summercard GOLD & 3-Länder Summercard GOLD ist für alle Gäste, die in einer Unterkunft der Region gebucht haben, in den Tourismusbüros der Region erhältlich!

Erstausgabe: 19.05.2013 (Achtung, es sind noch nicht alle Bergbahnen geöffnet) Letzt Ausgabe: 3 Tage: 11.10.2013 | 6 in 7: 07.10.2013 (Achtung, es sind nicht mehr alle Bergbahnen geöffnet)



Drucklegung März 2013 | Änderungen vorbehalten!



www.nauders.com



3-LÄNDER SUMMERCARD GOLD 2013. Includes details about validity and prices.

- 6 Bergbahnen (2 in Nauders, Haideralm, Schöneben, Maseben, Scuol), Freie Benützung der ÖBB-Postbusse (A), Landeck bis Nauders, inkl. Kaunertal, Serfaus-Fisss-Ladis, Samnaun (CH) und Naturparkhaus Kaunergat, Freie Benützung der öffentlichen Verkehrsmittel von Nauders bis Mals/Meran, inkl. Vinschgerbahn (I) von Mals bis Meran/Bozen inkl. Stadt- und Citybusse, Freie Benützung der Schweizer Postautos (CH) von Nauders bis Scuol, 1 x Schifffahrt mit der MS Hubertus am Reschensee (ab August), Kostenloser Eintritt Alffinsternitz, Di.-So. von Juni bis September, Ermäßigung auf die Karleschobahn (3.100 m), Ermäßigung Kaunertaler Gletscherstrasse, Alle Leistungen der Summercard Nauders, Zahlreiche Ermäßigungen der Summercard Nauders, Die Summercard GOLD & 3-Länder Summercard GOLD ist für alle Gäste, die in einer Unterkunft der Region gebucht haben, in den Tourismusbüros der Region erhältlich!

Erstausgabe: 19.05.2013 (Achtung, es sind noch nicht alle Bergbahnen geöffnet) Letzt Ausgabe: 3 Tage: 11.10.2013 | 6 in 7: 07.10.2013 (Achtung, es sind nicht mehr alle Bergbahnen geöffnet)

Nauders am Reschenpass. Includes contact information and website.