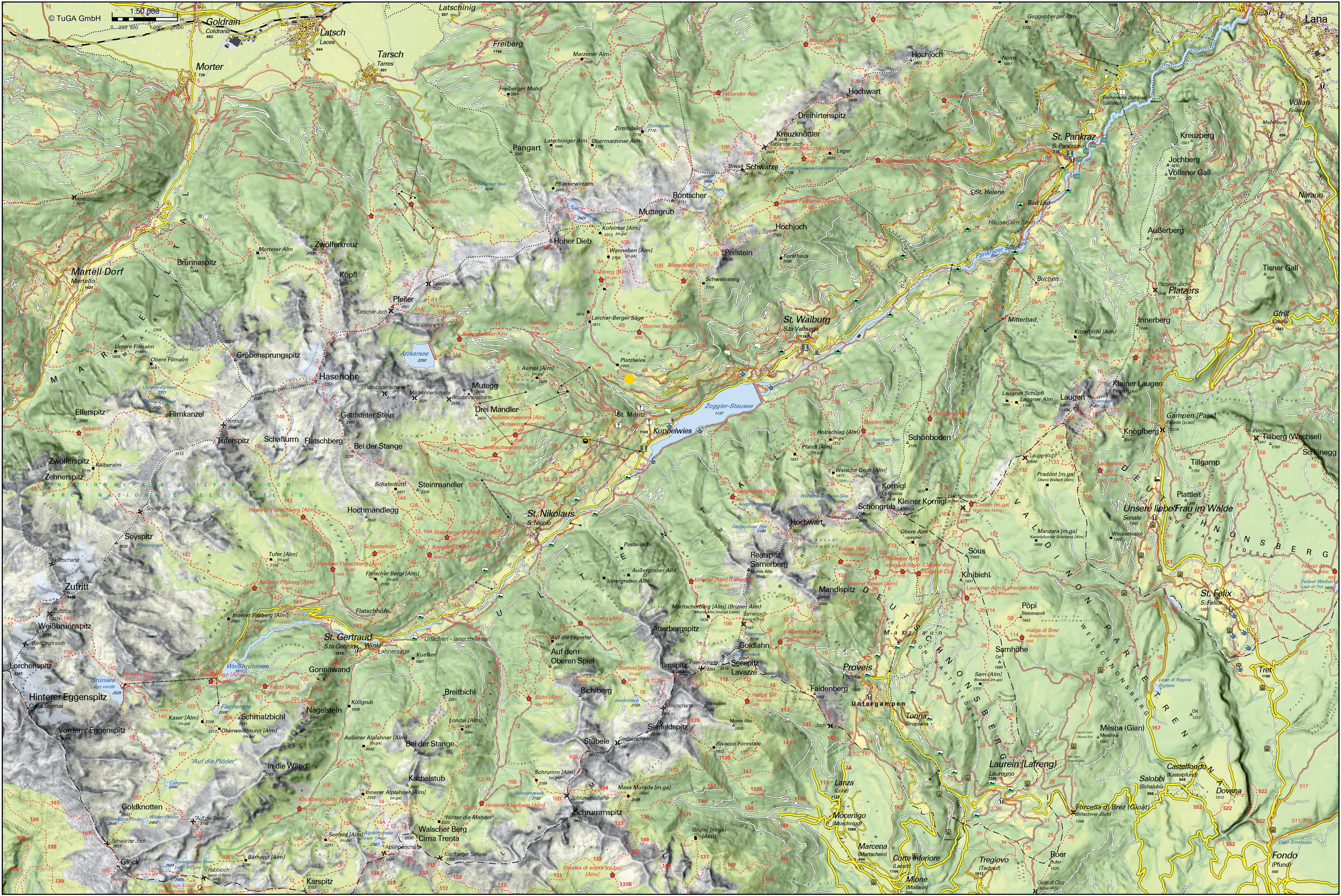






Wandern in der Wanderregion Ultental/Deutschnonsberg

740 Kilometer markierte Tal- und Bergwanderwege, urige Almen und Schutzhütten umgeben von einer ursprünglichen Naturlandschaft erwarten Sie im Ultental und am Deutschnonsberg. Schöne **Bergseen** und lohnende Gipfel, so mancher Dreitausender ist auch darunter, locken in der Höhe oben, im Tal erwartet Sie ein weitläufiger Nordic Walking Park und natürlich viele schöne Spaziergänge.

Escursioni nel paradiso escursionistico

della Val d'Ultimo/Alta Val di Non

740 chilometri di sentieri escursionistici, antiche malghe e rustici rifugi, incorniciati da una natura incontaminata: questo scenario strepitoso vi accoglie durante magnifiche escursioni in Val d'Ultimo e in Alta Val di Non. Il panorama è costellato di **laghetti di montagna** dall'acqua cristallina e vette maestose, qualcuna supera persino i 3000 metri di altezza. Mentre a valle vi attende il **Nordic Walking Park** in cui serpeggiano itinerari di varia difficoltà.



Ski- und Wandergebiet Schwemmalm
I-39016 St. Walburg (BZ) Südtirol
Tel: +39 0473 795390 | Fax: +39 0473 795405
E-Mail: info@schwemmalm.com
www.schwemmalm.com

Die Wanderwelt Schwemmalm

Ganz ohne Mühe überwinden Sie die fast 1.000 Höhenmeter von der Talstation in Kuppelwies (1.150 m) hinauf zur Bergstation der Schwemmalmbahn auf 2.162 m. Hier eröffnet sich ein weitläufiges **Alm- und Wanderparadies** mit zahlreichen Routen und Einkehrmöglichkeiten.

Il paradiso escursionistico della Schwemmalm

Che ne dite di superare comodamente i quasi 1000 di dislivello che collegano la stazione a valle a Pracupola (1150 metri) e la stazione a monte (2162 metri) con la cabinovia Schwemmalm?
Arrivati a monte, sarete accolti da un immenso **paradiso escursionistico** punteggiato di malghe e itinerari escursionistici con numerosi rifugi e luoghi di ristoro.
Orari di apertura: Lu - sa: ore 9.00 - 17.00 | Do: ore 9.00 - 18.00
Da giugno a agosto, ve: ore 9.00 - 21.00



St. Helena
Das kleine Kirchlein liegt auf einem weithin **sichtbaren Waldhügel** (1.532 m) und ist ein **beliebtes Ausflugsziel**. Im Jahr **1338** wird das Kirchlein erstmals urkundlich erwähnt, danach mehrfach umgebaut und 1698 vom Bischof von Trient eingeweiht. Der neuromanische **Hochaltar** glänzt mit **prachtvollen Barock-Statuen**, auch das Altarbild ist sehr sehenswert.

Santa Elena
La piccola chiesa si trova in cima a una collinetta a 1.532 metri, circondata da un fitto bosco ed è una delle **mete preferite in Val d'Ultimo**, sopra San Pancrazio. La Chiesetta di Santa Elena è citata per la prima volta nel **1338** e subì nel corso dei secoli numerosi rifacimenti. Nel 1698 fu consacrata dal Vescovo di Trento. Di particolare interesse artistico sono l'**altare in stile neoromanico** e le **statue barocche**.



Wallfahrtsort „Unsere liebe Frau im Walde“
Im Jahre **1184** wurde das Kloster der Brudergemeinschaft der „Hospitalier“ mit kleinem Hospiz für Reisende erstmals in einer lateinischen Urkunde erwähnt. Die Klosterbrüder hatten die wichtige Aufgabe **Reisende** über den Gampenpass aufzunehmen. 1224 wurde das Kloster zum **Augustinerkloster**, 1210 und 1432 fanden Kirchenweihen statt. Der Turm mit niedrigem Viereckhelm stammt aus romanischer Zeit. Im 15. Jh. wurde die Kirche in **gotischem Stil** umgebaut. Besonders sehenswert sind die **geschnitzten Barockaltäre** und das **Gnadenbild „Maria mit dem Kinde“**. Ab 1807 fällt der Wallfahrtsort in die Zuständigkeit des Benediktinerordens.

Il Santuario della Madonna di Senale

Nel **1184** è menzionato per la prima volta il convento degli "agostiniani" con annesso ospizio per i pellegrini provenienti dal Passo Palade. Nel 1224 divenne un **convento agostiniano**, mentre nel 1210 e nel 1432 ebbero luogo le consacrazioni della chiesa. La struttura del Santuario pare molto semplice dall'esterno, ma i suoi interni sono ricchi di **altari in stile barocco** e di un'immagine votiva di "**Maria con Bambino**". Dal 1807, il santuario passò all'ordine dei monaci benedettini. La torre squadrata risale all'epoca romanica, mentre la chiesa fu ristrutturata nel XV secolo in **stile gotico**.



Felixer Weiher
Bereits seit Jahren ist die Wasserqualität im **Felixer Weiher**, dem Badensee unweit von St. Felix am Deutschnonsberg, anhaltend gut. Der Felixer Weiher, oft auch Tretsee genannt, hat sich als **natürliches Biotop** erhalten und liegt außerhalb der Ortschaft inmitten eines grünen Nadelwaldes. Der fischreiche See ist über 200 m lang und zum Baden freigegeben.

Laghetto di San Felice

Da molti anni, la qualità dell'acqua del **Laghetto di San Felice**, nei pressi di San Felice in Alta Val di Non, è davvero eccellente. Il Laghetto di San Felice, conosciuto anche con il nome di Lago di Tret oppure Lago di Santa Maria, ha mantenuto le sue caratteristiche di **biotopo naturale** ed è circondato da magnifici boschi di aghifoglie. Nel laghetto, lungo oltre 200 metri, si può nuotare tranquillamente.



Ultner Urlärchen
Diese drei Lärchen bei St. Gertraud im Ultental gelten als die **ältesten Nadelbäume Europas**. Laut Legende sollen die Lärchen über 2000 Jahre alt sein, das morsche Innere der Bäume macht eine korrekte Zählung der Jahresringe jedoch schwierig. 1930 sollen bei einer umgestürzten Lärche an die 2000 Jahresringe gezählt worden sein. Über 8 Meter misst der stattliche Umfang des dicksten Stammes. Die über **35 m hohen Bäume** sind von Sturm und Wetter gezeichnet.

Larici secolari

Ci sono tre larici a Santa Geltrude in Val d'Ultimo, considerati le **aghifoglie più antiche d'Europa**. La leggenda narra che i tre larici abbiano addirittura 2000 anni, naturalmente è molto difficile verificare ciò, solo un esame degli anelli ne attesterebbe l'età vera. Nel 1930 fu analizzato un larice caduto che ne contava 2000, confermando un'età di almeno 2000 anni. I larici, che **raggiungono un'altezza superiore ai 30 metri**, sono stati modellati dalle intemperie, ma resistono fieri e ogni primavera le loro foglie verdissime rallegrano lo scenario.

Tourismusverein Ultental -

Proveis Gen.

Hauptstr. 104 - St. Walburg | S. Valburga 104
I-39016 Ulten (BZ) | Val d'Ultimo (BZ)
Tel: +39 0473 795387 | Fax: +39 0473 795049
E-Mail: info@ultental-deutschnonsberg.info
www.ultental-deutschnonsberg.info



Tourismusverein Deutschnonsberg

Dorf Nr. 2 | Paese n. 2
I-39040 Laurein (BZ) | Laurengo (BZ)
Tel: +39 0463 530088 | Fax: +39 0463 532100
E-Mail: info@deutschnonsberg.it
www.ultental-deutschnonsberg.info
Öffnungszeiten:
Mo bis Fr: 8.00 bis 12.00 Uhr.
Orari di apertura: Lu - ve: ore 8.00 - 12.00, ore 15.00 - 18.30. Sa: ore 8.30 - 12.00.
Inverno: Lu - sa: ore 9.00 - 12.00.

Infobüro St. Pankraz
Ufficio turistico S. Pancrazio
I-39010 St. Pankraz (BZ) | S. Pancrazio (BZ)
Tel: +39 0473 787171 | Fax: +39 0473 785542
E-Mail: info@ultental.it
Öffnungszeiten:
Juni bis Sept.: Mo bis Fr: 9.00 bis 12.00 Uhr.
Orari di apertura:
Giugno - settembre: Lu - ve: ore 9.00 - 12.00.

Infobüro Kuppelwies
Ufficio turistico Pracupola
I-39016 Ulten (BZ) | Val d'Ultimo (BZ)
Tel: +39 0473 795390 | Fax: +39 0473 795405
E-Mail: info@schwemmalm.com

Info-Büro Proveis | Ufficio Info Proves
I-39040 Proveis (BZ) | Proves (BZ)
Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag: 8.00 bis 12.00 Uhr.
Orari di apertura: Lu - ve: ore 08.00 - 12.00.



Löwenzahnwochen

Die **Löwenzahnwochen** zählen zu den „ältesten“ kulinarischen Initiativen Südtirols. Im Mittelpunkt steht der Löwenzahn, der hier auf den saftigen Bergwiesen gedeiht und neben seinen positiven Auswirkungen auf die Gesundheit auch zur Herstellung zahlreicher kulinarischer Köstlichkeiten verwendet wird.

Settimane del dente di leone

Le **settimane del dente di leone** è l'iniziativa più "vecchia" tra gli eventi culinari dell'Alto Adige. Il dente di leone (detto anche tarassaco) è un fiore delicato e saporito che cresce ad alta quota. Gli effetti depurativi di questa pianta sono ormai noti dalla notte dei tempi, ma queste settimane vi presentano il dente di leone dal punto di vista culinario con un vivace programma di contorno.



Radicchiotage

Alljährlich zwischen August und Oktober, rechtzeitig zur **Radicchioernte**, präsentieren die Gasthöfe und Restaurants am Deutschnonsberg eine besondere Vielfalt an Radicchiogerichten. Während der Radicchiotage können Sie die **unterschiedlichsten Gerichte**, von traditionell bis neu, verkosten und Köstlichkeiten wie Radichionocken, Tagliatelle mit Radicchio oder sogar Radicchio-Süßspeisen. Das gesunde Radicchiogemüse ist besonders reich an Vitamin C und gedeiht in den Höhenlagen des Deutschnonsberges ausgesprochen gut.

Le giornate del radicchio

Ogni anno, tra agosto e ottobre avviene la **raccolta del radicchio** e così arrivano puntuali le **giornate del radicchio** in Alta Val di Non. Ristoranti e alberghi della valle dedicano al radicchio un'attenzione speciale creando una varietà di **pianzate a base di radicchio**. Durante le giornate del radicchio in Alta Val di Non, potete assaggiare squisitezze tradizionali, ma anche sapori della cucina moderna secondo le nuove tendenze e gustare gli gnocchi al radicchio, tagliatelle al radicchio e... dolci al radicchio! Il radicchio è una verdura particolarmente sana e ricca di vitamina C che cresce rigogliosa nella bella Alta Val di Non.



Ultner Lammwochen

Alljährlich zwischen September und Oktober steht das Ultental im Zeichen der Schafe und Lämmer. Während der Spezialitätenwochen „**Ultner Lammwochen**“ werden in den Gasthöfen und Restaurants **kulinarische Köstlichkeiten aus Lamm** serviert. Auf dem Kuppelwieser Markt gibt es während der Lammwochen Produkte rund um das Ultner Schaf (**Woll- und Filzzeugnisse**). Abgerundet werden die Lammwochen im Ultental durch ein vielfältiges Rahmenprogramm mit Themenwanderungen und Hofführungen.

Le settimane dell'agnello

Tutti gli anni, tra settembre e ottobre, la Val d'Ultimo si dedica a celebrare la pecora e l'agnello. Durante le „**Settimane dell'agnello in Val d'Ultimo**“, diversi ristoranti della zona propongono **specialità culinarie preparate con l'agnello**. In occasione del mercato di Pracupola, durante le settimane dell'agnello si presenta la produzione di **lana e feltro** ottenuta dalla pecora della Val d'Ultimo. Oltre all'evento culinario, queste settimane sono allietate da un vivace programma di contorno, che prevede escursioni e altri saghi.



Ultner Genuss - Drei Events. Eine Philosophie.

Kreative Ultner Köche verwandeln naturbelassene lokale Produkte in besondere Gaumenfreuden und servieren diese an außergewöhnlichen Schauplätzen zwischen Berg und Tal. Entdecken Sie traditionelle Köstlichkeiten beim „**Gondeldinner**“ in luftigen Höhen, beim Pankrazer „**Bergtisch**“ inmitten historischer Gebäude oder beim „**Bergbrunch**“ zwischen Margeriten und Alpenrosen. Tickets und weitere Informationen unter info@ultental.it oder +39 0473 795387. www.ultnergenuss.it

“Ultner Genuss” - Tre eventi. Una filosofia.

Scoprite le tradizionali prelibatezze della Val d'Ultimo, sospesi in aria, in mezzo all'antico paese di S. Pancrazio oppure tra margherite e rododendri. In queste occasioni i cuochi di oggi reinterpretano diverse ricette del leggendario chef **Giancarlo Godio**. Per vent'anni questo pioniere della cucina ha celebrato il buon gusto in cima alle montagne ed è riuscito a unire la cucina mediterranea con i genuini e freschi prodotti dell'Alto Adige. Biglietti ed altri informazioni sotto info@ultental.it o telefonate a +39 0473 795387. www.ultnergenuss.it



Gampen Gallery

Der **1.300 m** hohe Gampen [Pass] liegt an der niedrigsten Stelle zwischen dem **Etschtal** und dem **Nonstal**. Von Lana aus gelangt man über Tisens nach St. Felix und weiter zum Gampenpass. Von Süden erreicht man den Pass aus dem Nonstal über die Ortschaft Fondo. Ineinemder restaurierten Bunkersteine **Fotoausstellung über Bergvölker** aus aller Welt zu bewundern. Das Projekt wurde in Zusammenarbeit mit **Reinhold Messner** realisiert.

Gampen Gallery

Il Palade [passo] è alto **1300 m** e si trova nella posizione più bassa tra la **Val d'Adige** e la **Val di Non**. Da Lana si raggiunge Tesimo dopo San Felice e si procede in direzione del Palade [passo]. Da sud, vi si accede dalla Val di Non passando per la località di Fondo. Grazie alla posizione strategica, il Passo delle Palade ha sempre suscitato un grande interesse nell'ambito militare. In uno dei bunker ristrutturati, si può ammirare **un'esposizione fotografica sulle popolazioni di montagna** da tutto il mondo. Il progetto è stato realizzato in collaborazione con **Reinhold Messner**.



Wandern Escursionismo

www.ultental-deutschnonsberg.info



Ultner Talmuseum

Das Volkskunde-Museum in St. Nikolaus gewährt Einblicke in das **bäuerliche Leben** im Ultental. Jahrhundertaltes Interieur wie Bauernstube, Räucherküche, Schlafkammer und Milchkammer lassen Sie eintreten in die Welt von anno dazumal. Arbeitsgeräte, Einrichtungsgegenständen, Handwerkszeug und religiöse Statuen runden die **Ausstellung des Museums** ab. Zudem gibt das Museum einen guten Überblick über die **Tierwelt** im Ultental.

Museo Etnografico

Il Museo Etnografico della Val d'Ultimo si trova a San Nicolò e presenta un'interessante panoramica della **vita contadina** della valle. Il museo, infatti, conserva interni antichi come stube, affumicatoi, camere da letto, utensili da lavoro, oggetti e arredi che vi portano **indietro nel tempo**. Inoltre, il museo riserva un intero settore dedicato alla **fauna** della Val d'Ultimo.



Lahnensäge

In der jahrhundertalten „Lahnensäge“ in St. Gertraud, wo bis in die 80er Jahre des vergangenen Jahrhunderts die Bauern des Ultentales ihr Holz zum Sagmeister brachten, ist das neue **Besucherzentrum** über den **Stilfser Joch Nationalpark** im Ultental untergebracht. Die **alte, venezianische Säge** wurde restauriert und ist heute wieder voll funktionsfähig.

Lahnensäge

L'antica segheria „Lahnensäge“ a Santa Geltrude, dove fino agli anni 80 i contadini della Val d'Ultimo portavano a tagliare la loro legna, è oggi un **centro dedicato ai visitatori del Parco Nazionale dello Stelvio** in Val d'Ultimo. La **vecchia segheria veneziana** è stata restaurata e oggi ospita un centro informazioni con tante curiosità riguardanti il Parco Nazionale dello Stelvio.



Häusl am Stein

Das **Häusl am Stein** gehört wohl zu den kuriosesten Bauwerken ganz Südtirols. Die Geschichte dazu erzählt sich wie ein Märchen. Einst standen **unterhalb von St. Pankraz** am Bach Falschauer mehrere kleine Bauernhäuser. 1882 führte die **Falschauer** nach einem Unwetter **starkes Hochwasser** und die Flutmassen rissen alle Häuser mit sich – mit Ausnahme eines einzigen, das durch Zufall auf einem **riesigen Felsblock** errichtet worden war, der nun auf einmal sichtbar wurde. Bis heute steht das „Häusl am Stein“ mutig auf dem Felsen und trotz der Zeiten.

Häusl am Stein

La casetta sul masso “**Häusl am Stein**” è una vera curiosità che pare uscita dalle favole. Si racconta che la casetta si trovasse su un prato nella località di **San Pancrazio**, assieme ad altre casette. Nel 1882, il **Rio Valsura** esondò e distrusse tutte le casette tranne questa, che fortunatamente era stata costruita proprio sulla roccia. Ancora oggi, la casetta „Häusl am Stein“ svetta fiera sulla roccia che l'ha salvata.



Schloss Eschenlohe

Kurz vor St. Pankraz auf einer Waldkuppe am Zusammenfluss von Hagenbach und Falschauer thront die **Burgruine von Schloss Eschenlohe**. „Eines der schönsten Bilder in den Südtiroler Alpen!“, so schwärmte einst der deutsche Schriftsteller Beda Weber beim Anblick der Burg. Im Jahr **1164** wurde die Anlage erstmals urkundlich erwähnt als „Schloss Ulten“. Seit 1492 war es im Besitz der Grafen von Trapp. Erhalten sind die Reste der Ringmauer und die Ecke eines wehrhaften Nebengebäudes, sowie der **mächtige Bergfried**. Besichtigungen sind leider nicht möglich.

Castello Eschenlohe

Il Castello Eschenlohe (chiamato anche Eschenloch) è l'emblema della Val d'Ultimo. Nei tempi antichi, il castello era residenza dei Signori di Ultimo e sorge a un paio di chilometri da San Pancrazio. Il nome del castello significa **bosco di latifoglie** e richiama proprio il magnifico bosco che abbraccia le sue rovine, proprio dove confluiscono il **Rio Hagenbach** e il **Rio Falschauer**. Purtroppo, il Castello Eschenlohe non è visitabile.



Lourdeskapelle in Proveis

Die Erbauung bzw. Errichtung dieses sakralen Baus im gotischen Stil geht auf die Mutter Gottes Erscheinung 1858 in Lourdes an die später heilig gesprochene Bernadette zurück. Infolge der zahlreichen Pilgerströme in den mittlerweile weltbekannten Wallfahrtsort wurden gegen Ende des 19. Jh. und Anfang des 20. Jh. vielerorts Kirchen und Kapellen der Mutter Gottes von Lourdes geweiht.

Cappella Lourdes a Proves

Questo edificio sacro in stile gotico fu eretto in onore dell'apparizione della Vergine a Lourdes nel 1858 a Bernadette più santificata. In seguito alla forte affluenza di visitatori in quello che ormai è divenuto uno dei luoghi di pellegrinaggio più conosciuti al mondo, tra la fine del XIX e l'inizio del XX secolo in molti luoghi numerose chiese e cappelle furono consacrate alla Madonna di Lourdes.