



## Wandertipps für Familien im Ultental/ Deutschnonsberg

1. **Zur Riemerbergl Alm** (2.049m) in St. Walburg
2. **Äußere Schwemmalm** (2.147m) in Kuppelwies
3. **Seewanderung** beim Zogger Stausee mit Anbindung zum **Höfeweg in Kuppelwies**
4. **Von den Weißbrunner Seen und zur Fiechtalm** (2.342m) in St. Gertraud
5. Von St. Nikolaus **zum Höhenkirchlein St. Moritz** (1.630m)
6. **Karrenweg** (1.127m) in St. Walburg
7. **Sonnenseitenweg** (1.433m) in St. Walburg
8. Zur **Kirchberg Alm** (1.887m) in St. Gertraud – das Tal zum Spielen am Bachbrett
9. **Triassic Park** am Gampenpass – Auf den Spuren der Dinos (1.355m)
10. **Zur Gampen Alm** 1.873m in St. Pankraz
11. **Zur Schwarzen Lacke** am Vigiljoch
12. Von der **Schwemmalm zum Gipfel des Mutegg's** (2.656m) in Kuppelwies
13. **Zur Jausenstation Steinrast** (1.727m) in St. Walburg
14. **Zu den Flatschberger Almen** (2.110m) in St. Gertraud
15. **Zur Auerberg Alm** (1.644m) in St. Nikolaus
16. Von Alm zu Alm - **Cloz-Alm, Rewauer Alm, untere Kesselalm** (1.736m) im Nonstal
17. **Zur Laureiner Alm** (1.779m) mit Blick auf die Dolomiten und die Brenta-Gruppe
18. **Hüttenweg** von Laurein (1.158m)
19. **Zu den Urlärchen** (1.433m) in St. Gertraud
20. **Zur Mariolberger Alm** bei St. Helena (1.669m) in St. Pankraz
21. Um das Mutegg **von der Schwemmalm zur Kuppelwieser Alm**
22. **In die Grube am Steinbergl** (2.185m) in Kuppelwies
23. **Wanderungen in unserer Umgebung**

## 1) Zur urigen Riemerbergl Alm (2.049m)



Anfahrt von St. Walburg (1131 m) bis zum Damm des Zogger Stausee's zur Abzweigung der Straße zum Larcherberg und auf dieser hinauf bis zu einem Touristenparkplatz nahe dem Simianhof (1680 m). Unser Startpunkt auf 1700 m erlaubt uns einen weitreichenden Blick auf das Ultental und seine Gipfel. Wir wenden uns nach dem Hof Simian dem Weg Nr. 4 zu, auf dem man in ca. 1 Stunde auf der Riemerbergl-Alm ankommt. Wer die Anstrengung scheut oder mit dem Kinderwagen unterwegs ist, folgt der Teerstraße bis zum Riemerhof, zweigt dann links auf die Forststraße ab und kommt auf ihr recht bequem auf der Riemerbergl-Alm an. Dafür muss man aber etwas mehr Zeit einplanen. (Achtung: nach einem kurzen Teilstück zweigt wiederum eine Forststraße rechts ab mit der Markierung 10a, der Sie aber nicht folgen dürfen).

Diese Alm hat sich ihre Urigkeit und Ruhe bewahrt, es scheint fast, als wäre die Zeit stehen geblieben. Von hier aus hat man einen wunderbaren Blick auf die Schwemmalm, die St.-Moritz-Kirche und auf die Gipfel der Umgebung.



**Gehzeit 2,5 Stunden - 5,4km - 330 Höhenmeter - max. Höhe: 2.049m**

Wer weiterwandern möchte, hat 2 Möglichkeiten:

der Markierung Nr. 4 folgend zu den **Kofraster Seen** (2.405m.ü.d.M.) und den selben Weg zurück

ODER

der Markierung Nr. 4 und 4b folgend auf einem wunderschönen Höhenweg in ca. 1 Stunde zur **Marschnell-Alm** (2.212m.ü.d.M.). Zurück auf dem Weg Nr. 10 und 10a bis zum Auto.

ODER

der Markierung 4b folgend zur **Kühbergalm** (2.012m.ü.d.M.).

## 2) Äußere Schwemmalm (2.147m) in Kuppelwies

*Schönste Skihütte Südtirols 2013*

Produkte: Bergkräuterprodukte, hauseigene Milchprodukte wie Käse, Butter, Joghurt

Traditionelle Almgerichte/ Spezialität: Laugenrind-Produkte. Schöner Spielplatz, Bodentrampoline und wunderbare Aussicht und Liegestühle für die Eltern. An der Bergstation finden Sie den „Bagjomp“ vor, ein großes Luftkissen zum reinspringen.

WANDERVORSCHLAG: Anfahrt: Bis Kuppelwies zum Parkplatz der Schwemmalmbahn.



- Mit der Kabinenbahn 1000 Höhenmeter hinauf zur Bergstation Schwemmalm und von dort aus links nur **5min bis zur Äußeren Schwemmalm**.
- Wenn Sie etwa 30min weiter wandern möchten, bietet sich die **Innere Schwemmalm** (Markierung 13) an.
- Außerdem gibt's seit 2014 einen kinderwagen- und rollstuhltauglichen **Rundweg von der Äußeren zur Inneren Schwemmalm** (1h Gehzeit). Auch auf der Inneren Schwemmalm gibt's einen **Spielplatz**. Auch passieren Sie einen **Erlebnisteich für Familien**.

## 3) Seewanderung beim Zogger Stausee mit Anbindung zum Höfeweg



Vincent Wir überqueren die Staumauer des Zogger Stausee's in St. Walburg und erhalten einen Überblick über die Ausmaße des Sees, dessen Wasserpegel je nach Jahreszeit schwankt. Wir folgen dem gemütlichen Weg taleinwärts und erfreuen uns an den Sinnsprüchen und Gedanken zu den Themen Beeren, Blumen und Sträuchern. Unser Blick trifft immer wieder auf den See und dessen Landschaft. Längs des Weges finden wir idyllische Rastplätze, wo wir unser Picknick halten können. Nach ca. 1 Stunde haben wir das Ende des Sees erreicht und müssen uns entscheiden, wie lange wir noch weiter gehen wollen. Zurzeit ist eine vollständige Seeumrundung mit dem Kinderwagen leider noch nicht möglich, wohl aber ohne diesen. Am See-Ende können wir die Wanderung auf dem "Ultner Höfeweg" fortsetzen. Ein Teil ist mit dem Kinderwagen problemlos befahrbar. Der Rückweg erfolgt über denselben Weg. Im Winter beginnt je nach Schneelage am Zogger Stausee eine wunderschöne Langlaufloipe, welche bis nach St. Gertraud führt. Wegbeschaffenheit: ungeteerte Forststraße. Kinderwagen: alle. Rückweg ohne Kinderwagen auch möglich auf der Sonnenseite ab der Kapelle bei Schmiedhof (vor Kuppelwies)

**Gehzeit 2,5 h - 9,9km - 50hm - max. Höhe: 1.162m**



#### 4) Rundwanderung: Weißbrunnsee - Fischersee - Fiechtalm

Das Auto lässt man am Weißbrunner Stausee (Parkplatz) stehen. Zunächst geht es kurz auf Weg (Nr.140) hinauf zur Weggabelung und dann auf Weg (Nr.103) über die Brücke bis zum Fischersee. Nun folgt man links der Beschilderung Fiechtalm (Nr.107) und wandert über den schönen Panoramaweg zur Alm. Der Rückweg zum Parkplatz in Weißbrunn ist kurz und ausgeschildert (Nr. 101). Fiechtalm: Produkte zu kaufen: Butter, Käse, Würste, Schnäpse / Gastronomie: typische Almgerichte, Salate, Molke / Kinderspielplatz

**Gehzeit 2,5h- 6,2km - 460Hm- max. Höhe: 2.342m**



**Alternative Aufstiegsmöglichkeiten zur Fiechtalm:** Wanderweg 101: steiler schmaler Waldweg (Gehzeit 20 - 30min.)  
**oder** mit dem Kinderwagen entlang dem Forstweg bis zur Fiechtalm (ca. 1 h Gehzeit)



##### *Variante 1*

Vom Fischersee kann man über den Weg Nr. 107 auf die obere Weißbrunnalm aufsteigen und dann der Markierung Nr. 104 folgend über das Fiechterjochl (2.323m) auf die Fiechtalm gelangen. Der Abstieg zur Alm hat die Nr. 101

##### *Variante 2*

Die Besteigung des Nagelsteins (2469) ist für geübte Wanderer einfach. Man geht von Weißbrunn, am See entlang, zur Fiechtalm und folgt dann der Beschilderung Nr. 101 + 109 zum "Nagelstein". Der Weg führt etwas steil nach oben, dann geht es links auf dem Kamm entlang bis zum Gipfel, von wo man einen herrlichen Blick über das Ultental hat. Für den Rückweg nimmt man denselben Weg bis zur Fiechtalm (Höhenunterschied 570 m, Gehzeit 2:30 Stunden).

#### 5) Von St. Nikolaus zum Höhenkirchlein St. Moritz

Von St. Nikolaus aus der geteerten Straße in Richtung St. Moritz folgend bis zur ersten Straßenkehre. In der Kehre befinden sich ein kleines sonnengebräuntes Holzhäuschen und ein Wegkreuz. Direkt am Häuschen vorbei, beginnt der Wiesenweg. (Hier findet sich auch eine genaue Wegbeschilderung). Dem Wiesenweg Nr. 6 folgend, bis „Im Hof“ und stetig weiter bis zum Höhenkirchlein. Der Weg verläuft ohne größere Steigung oder Gefälle. Gehzeit circa 1,5 Stunden von der geteerten Straße aus. Abstieg erfolgt über den selben Weg oder dem Kreuzweg nach Kuppelwies.

**Gehzeit 2,5h- 7,3km - 380Hm - max. Höhe: 1.630m**



#### 6) Karrenweg Historischer Wegabschnitt (alte Straße) in der Nähe von St.Walburg

Vom Parkplatz in Bereich des Ultner Rathauses auf der Ostseite des Steinbaches der Beschilderung „Karrenweg“ folgend auf dem talseitig abzweigenden Weg zuerst am Hang des Steinbaches und dann am Hang der Falschauer teils eben, teils leicht abwärts bis zum Ende des Altweges im Bereich des Hofes Angerer. Vom Angerer Hof führt der Weg hinab zur Falschauer über eine Brücke. Auf der anderen Talseite kann man zurücklaufen bis zum Schotterwerk und von da ins Dorf zurück.

**Gehzeit 1 Stunden - 2,6km - 150 Höhenmeter - max. Höhe: 1.127m**



##### *Variante:*

Man kann den Weg fortsetzen bis zur Rainersäge und auf der anderen Talseite zurücklaufen bis zum Sportplatz und von dort den Hang entlang ins Dorf zurück. (ca. 2 Stunden).

## 7) Sonnenseitenweg - Die Höferunde oberhalb von St. Walburg führt zu Bergsiedlungen auf der Ultner Sonnenseite.

Vom Parkplatz in St. Walburg beim Rathaus (ca. 1150 m) zunächst kurz ostwärts hinauf zur Kirche, dann kurz die Straße weiter, bald aber rechts ab und der Beschilderung »Talweg« folgend quer durch Wiesen und Wald in weitgehend ebener Wanderung hinaus zum Doppelhof Unter-Durach (1269 m); hier links ab, nun der Beschilderung »Sunnenseitnweg« folgend zuerst kurz steil hinauf und dann weniger steil und teilweise auch eben durch Wald und Wiesen über die Höfe von Außer-Durach zum Thalhof und weiter zu den Eggenhöfen (ca. 1420 m; über die Betriebszeiten des Hofschanks zu Eggen erkundige man sich im Tourismusbüro). – Abstieg: Dem Wegweiser »St. Walburg« und der guten Markierung 1 folgend am Wiesenrand hinab zum Neuberghof und auf dem Waldweg mäßig steil hinunter nach St. Walburg.

Gehzeit 2,5 - 3 Stunden – 6,1km – 330 Höhenmeter - max. Höhe: 1.433m



## 8) Kirchberg Alm (1.887m) in St. Gertraud – das Tal zum Spielen am Bachbett



Vom Parkplatz im Talgrund von St Gertraud (1385 m, Restaurant Edelweiß, Laden Kainz) zunächst über den Talbach, auf den Forstweg Nr. 108, der ins Kirchbergtal führt. Das Tal ist lang und endet an der Haselgruber Hütte (2445m). Nach ca. einem Viertel dieses Weges lädt ein idyllisches Plätzchen zum Verweilen und Spielen ein. Bis hierher vergeht ca. 1 Stunde. Zurück auf dem gleichen weg. Ein anderer, sehr schöner Weg führt vom Ultnerhof an der Kirche durch Wiesen und Wald ein Stück am Gertrauder Waal entlang über eine Brücke auf die andere Talseite. Dort treffen Sie auf die Forststraße, auf der Sie dann weiterwandern können.

## 9) Triassic Park am Gampenpass – Auf den Spuren der Dinosaurier



**Anfahrt:** Über den Gampenpass bis nach Unsere Liebe Frau im Walde (1355m), Parkplatz im Dorfzentrum. (Gehzeit 2h 30min) **WANDERVORSCHLAG:** Von der Kirche aus sehen Sie schon den ersten Dinosaurier, der Ihnen orografisch links vom malerischen Dorfteich entgegenblickt. Anfangs führt dieser Weg leicht ansteigend über eine schmale Straße. Beim Gaststeighof beginnt der ungeteerte Abschnitt. Immer wieder kommen Sie an einer Skulptur oder einer Schautafel vorbei. Der bequeme Weg verläuft durch einen Mischwald, parallel zum Bach. Nach einer Stunde erreichen Sie den Gampenpass (1518m). Höhenunterschied: 200m. **Sehenswertes in der Umgebung:** Bunkermuseum am Gampenpass, der Wasserfall in St. Felix.

## 10) Gampen Alm 1.873m in St. Pankraz

Traditionelle Almgerichte. Bei Anmeldung auch Bauern Raclette. Typische Produkte: Käse, Butter, Joghurt. Leichte Bergtour - Gehzeit 1 Stunde bei 86 m Höhenunterschied. Vom Frühjahr bis zum Herbst findet man auf den Hofmahd-Wiesen die wundervollsten und seltensten Blumen.

**Variante A:** Mit dem Auto auf der Proveiser Straße bis zur Abzweigung „Gampen Alm“, dann den Forstweg zu Fuß bis auf die Alm (eine gute Stunde Gehzeit).

**Variante B:** Mit dem Auto auf der Proveiser Straße bis nach dem vorletzten Tunnel, gleich rechts auf den Parkplatz. Hier beginnt der wunderbare Weg über die Hofmahd-Wiesen Nr. 8 und 24 bis auf die Gampen Alm.



## 11) Zur Schwarzen Lacke am Vigiljoch

Wir verlassen die Bergstation der Seilbahn (1450 m) und begeben uns in Richtung Vigiljoch, Weg Nr. 34. Er führt uns angenehm aufwärts, durch einen lichten Lärchenwald, über uns verläuft immer wieder der Sessellift. Der Wald weicht Wiesen, auf denen Pferde ihre Sommerfrische genießen. Nach ca. 1:15 Std. passieren wir den Gamplwirt (1700 m - geschlossen) und erreichen das Vigiljoch (1743 m). Hier haben wir die Qual der Wahl, unzählige Wegweiser laden uns ein, ihnen zu folgen. Wir wählen den Weg Nr. 9, welcher uns in knapp einer Dreiviertelstunde zum Weiher Schwarze Lacke mit dem Gasthaus Seespitz (1730 m) bringt. Unterwegs treffen wir auf das reizende St.-Vigilius-Kirchlein (1793 m) aus dem 13. Jahrhundert, welches wir rechts. Der See ist ein Biotop und bietet uns die Möglichkeit zu verweilen (kleiner Spielplatz). Der Rückweg führt bis zum Gasthof Jocher (1793 m). Hier ist ein kurzer Abstecher zum Gasthof Panorama (ehemals Sessellift 1814 m) oder zur Bärenbad Alm (1678 m) möglich. Der weitere Abstieg erfolgt über die Aufstiegsroute und ist in ca. einer Stunde bewältigt. Wegbeschaffenheit: nicht asphaltierte Forststraße. Kinderwagen: alpintauglich, 3 oder 4 Räder.

**Gehzeit 3 Stunden – 8,5km – 340 Höhenmeter – max. Höhe: 1.791**



**Besonderheiten** Vom See weiterwandern nach Aschbach und dort mit der Seilbahn nach Rabland (Rückweg organisieren, ev. mit der Vinschger Bahn bis Meran).

## 12) Kuppelwieser Höhen. Von der Schwemmalm zum Gipfel des Mutegg's

Zunächst von Kuppelwies mit der Umlaufbahn hinauf zur Bergstation unweit der Äußeren Schwemmalm (ca. 2150 m; Gaststätte). Von da auf Weg 6 nordostwärts zum Ostrücken des Berges, hier links ab, auf Steig 6 über den teils felsigen, teils grasbewachsenen Grat mäßig bis stärker ansteigend hinauf zur Bergstation einer Liftanlage, am Grat weiter und vorbei an einer zweiten Lift-Bergstation mittelsteil hinauf zum Gipfelkreuz des Mutegg und zum nahen höchsten Punkt (2658 m; ab Bergstation der Umlaufbahn bzw. Schwemmalm 1:30 Std.). – Der Abstieg vom Mutegg erfolgt über die beschriebene Aufstiegsroute (1 Std.).

**Gehzeit 2,5 Stunden – 4,5km – 500 Höhenmeter – max. Höhe: 2.656m**



## 13) Von der „Alpinelounge W!“ zur Jausenstation Steinrast



Der Hauptstraße entlang bis kurz vor Kuppelwies, dort rechts hinauf, der Beschilderung „Schwemmalm“ folgen bis zum Hotel „Alpinelounge W!“ (1520 m). Vom Parkplatz „Alpinelounge W!“ (jetzt Alpinlounge W!) aus halten wir uns orografisch rechts und zweigen schon bald in die Rodelbahn ab. Unser Weg führt durch einen abwechslungsreichen Wald, wo es immer wieder etwas zu entdecken gibt, und seien es die schmackhaften Waldbeeren. Zu unserer Rechten begleitet uns ein rauschender Bach, zu unserer Linken schlängelt sich ein kleines Bächlein talwärts. Wir folgen der Rodelbahn mit der Markierung Nr. 9, der Weg ist mannigfaltig und bequem zu gehen. Bald schon haben wir unsere Höhe erreicht, wir kommen aus dem Wald und erblicken die Weite des Tals mit dem mäandernden Bach. Nach einer gemütlichen Stunde erreichen wir die Jausenstation „Steinrast“ (1723 m), wo wir uns ausruhen und die Kinder in der Sandkiste spielen können. Wer noch weiterwandern möchte, kann bis zur Kuppelwieser Alm (1906 m) gehen. Dies ist bequem mit dem Kinderwagen möglich (Teerstraße). Den Talschluss bildet der Arzkar-Stausee (2250 m), der über die Kuppelwieser Alm zu erreichen ist. Der Abstieg erfolgt über den Aufstiegsweg.

**Gehzeit 2 Stunden – 4,4km – 210 Höhenmeter – max. Höhe: 1.727m**



## 14) Unter den Dreitausendern - Zu den Flatschberger Almen 2.093m



Anfahrt bis St. Gertraud und dann der Straße Richtung Weissbrunn folgen. Nach wenigen km biegen Sie rechts ab in Richtung Flatschberg /Jochmayr. Nach ca. 2km erreichen Sie den Touristenparkplatz im Wald (ca. 1750 m.ü.d.M.). Nun auf dem breiten Weg 143 nahezu eben die Waldhänge querend hinein zum Flatschbergbach und zu Weggabel, rechts auf dem Forstweg – weiterhin Markierung 143 – leicht ansteigend zur Vorderen Flatschberg Alm (1905 m, ab Ausgangspunkt gut 0:30 Std.) und weiter auf dem breiten Forstweg (oder teilweise auf dem alten Fußpfad) zwischen Wald und Wiesen hinauf zur Hinteren Flatschberg Alm (2110 m; Ausschank; ab Ausgangspunkt 1:30 Std.). Abstieg: am kürzesten über den beschriebenen Aufstiegsweg (1 Std.). Lohnende, wenn auch wesentlich längere Abstiegsalternativen bestehen über das Schusterhüttl oder über die Tufer Alm.

Flatschberg Alm: Käse und Butter zu kaufen / Traditionelle Almgerichte, Spezialitäten wie „Muas“ oder Mohnstrudel...

Gehzeit 2,5 Stunden – 5,6km - 320 Höhenmeter - max. Höhe: 2.093m



## 15) Von St. Nikolaus durch das im untern Abschnitt tief eingeschnittene Auerbergtal hinauf zur Auerberg Alm

Von St. Nikolaus bzw. der Talstraße unterhalb des Dorfes entweder der Markierung 18 folgend großteils auf dem alten Almweg oder zur Gänze über den längeren, aber weniger steilen Forstweg an der ostseitigen Hängen des Auerbergtales durch schöne Nadelwälder hinauf zur Auerbergalm (1.644 m); Jausenstation; ab Ausgangspunkt knapp 1,5 Stunde) – Abstieg: Über den beschriebenen Aufstiegsweg, wobei in Teilen der Fußweg oder der Fahrweg als Alternative zu der im Aufstieg eingeschlagenen Route gewählt werden kann (ca. 1 Stunde).

Gehzeit 2,5 Stunden – 5,5km - 470 Höhenmeter - max. Höhe: 1.646m



## 16) Erlebnisweg von Alm zu Alm (Cloz-Alm, Rewauer Alm zur unteren Kessel Alm)



Anfahrt über die Proveiserstraße bis zum Parkplatz nach dem letzten Tunnel. Beim Parkplatz queren wir die Passstraße und folgen der Forststraße (Mark. Nr. 8) in Richtung **Cloz-Alm** (1732 m), welche wir in gemülichen 15 Minuten erreichen können. Diese Alm ist in den Sommermonaten bewirtschaftet und lädt zum Verweilen ein. Angenehm wandern wir in bequemen 10 Minuten weiter bis zur **Rawauer Alm** (1734 m). Immer wieder begleiten uns Kühe und anderes Weidegetier als auch weitreichende Blicke in das Nonstal. Über uns befinden sich die Gipfel Kornigl und Hochwart, welche das Ultental vom Deutschnonsberg trennen. Wer will, kann hier seine Mittagsrast halten und das wunderbare Panorama auf sich wirken lassen. Für die Kinder ist jedenfalls genügend Platz. Wir wollen aber noch weiter, verlassen die Forststraße und erreichen über den Erlebnisweg nach einer Viertelstunde die **Untere Kesselalm**. Im Jahr 2009 hat die Forstbehörde mit den Deutschnonsberger Gemeinden diesen Erlebnisweg erbaut, welcher über das spannungsgeladene Verhältnis des Deutschnonsberges und seinen zwei Sprachkulturen informieren soll. Der Weg beginnt bereits am Parkplatz und besteht aus 14 Stationen. Die Gehzeiten können natürlich variieren, je nachdem wie lange man sich bei den Stationen Zeit nimmt. Der Weg würde bis nach Proveis weiterführen und eine schöne Alternative zur heutigen Wanderung darstellen, allerdings sollte man sich vorher schon überlegt haben, wie man von Proveis zum Parkplatz zurückkommt. Man kann mit dem Bus, der in Proveis um 16:31 Uhr abfährt, zurückfahren oder ein Taxi vorbestellen (z.B. Mairhofer Erich Tel. 0463/530347. Wegbeschaffenheit: nicht asphaltierte Forststraße bzw. breiter Wanderweg  
 Kinderwagen: alpintauglich, 3 oder 4 Räder

Gehzeit 1,5 Stunden – 3,9km – 100 Höhenmeter - max. Höhe: 1.736m



Von der Unteren Kesselalm kann über den Weg Nr. 133 auf die Castrinalm (1.814 m) zurückgegangen werden. Diese ist nahe am Ausgangspunkt.



## 17) Auf die Laureiner Alm mit Blick auf die Dolomiten und die Brenta-Gruppe

Über die Proveiser Straße nach Deutschnonsberg bis zum Parkplatz Hofmahd (1695 m) nach dem Tunnel. Die neue, nicht ganz unumstrittene Straße verbindet das Ultental mit dem Deutschnonsberg und stellt die kürzeste Straßenverbindung für die deutschen Gemeinden Proveis und Laurein dar. Sie untertunnelt das geschichtsträchtige Hofmahdjoch (1785 m) mit der Castrinalm und führt nach Proveis. Gleich am Ende des vorletzten Tunnels befindet sich der Parkplatz. Wir folgen der Forststraße mit der Markierung Nr. 28. Anfänglich verläuft die Trasse etwas ansteigend, wird aber bald bequemer. Nach ca. 45 Minuten eröffnet sich uns der Blick auf die südlich gelegene Brenta-Gruppe. Unser Weg beginnt etwas steiler zu werden und schlängelt sich die letzten 15 Minuten zur Laureiner Alm (1779 m) hinauf. Hier können wir Rast halten und sowohl die Dolomiten im Osten als auch die Brenta im Süden sehen. Der Rückweg erfolgt über den Hinweg.

**Gehzeit 2,3 Stunden – 4,7km – 200 Höhenmeter – max. Höhe: 1.776m**



Eine Alternative ist der Fußweg mit der Beschilderung „Laureiner Alm“ der ebenfalls am Parkplatz beginnt. Gehzeit bis zur Alm ca. 1 Stunde.

## 18) Auf dem Hüttenweg von Laurein zum südlich gelegenen Weiler Schmieden



Anfahrt über die Proveiserstraße bis nach Proveis und weiter nach Laurein. Von der Laureiner Dorfmitte (1148 m) stets der Beschilderung „Hüttenweg“ folgend kurz hinunter zum unteren Dorfrand, von dort rechts auf dem Fahrweg hinunter zum Bach und nach dessen Überquerung (gute Brücke) stets orographisch rechts in Bachnähe in mittelsteilem Abstieg hinunter zu den Baulichkeiten der genannten Höfegruppe Schmieden (901 m); ab Laurein 30 Minuten. Rückkehr nach Laurein: auf dem beschriebenen Weg (50 Minuten).

**Gehzeit 1,5 Stunden – 3 km – 250 Höhenmeter – max. Höhe: 1.158m**

## 19) Das wohl bekannteste Naturdenkmal im Ultental: Zu den Urlärchen



Im Talboden unterhalb St. Gertraud im inneren Ultental (1385 m) der Beschilderung »Urlärchen« folgend zuerst auf einer Brücke über den Talbach, dann links auf der für den allgemeinen Autoverkehr gesperrten schmalen Höfzufahrt nur ganz leicht ansteigend durch die schönen Wiesenhänge talaus zu den Innerlanerhöfen, darauf kurz durch einen Lärchenwald und nach dessen Durchquerung zur Häusergruppe Außerlaner (1420 m, Hofschänke), in dessen Nähe etwas erhöht die unübersehbaren Baumriesen stehen; ab Ausgangspunkt knapp 0:30 Std. – Rückweg: Auf dem beschriebenen Hinweg.

**Gehzeit 1 Stunden – 2,6km – 50 Höhenmeter – max. Höhe: 1.433m**



## 20) Zur Mariolberger Alm bei St. Helena



Das Ziel dieser Wanderung kann leicht für Verwirrung sorgen. Es gibt wieder einmal mehrere Namen für ein und denselben Ort oder Hof: Mariolberger Alm oder Falkomai-Kuhalm. Von St. Walburg oder St. Pankraz ausgehend zum Touristenparkplatz von St. Helena oder längs der Straße. Wir parken bei den Kaserbachhöfen (1451m) oder kurz vor der Schranke, welche die Fahrstraße absperrt. Unser Aufstieg erfolgt über die Forststraße mit der Markierung 9A. Es geht ohne große Mühen durch einen schönen Wald. Ab und zu ist uns ein Blick talauswärts gegönnt und wir können das Gebiet der Naturnser Alm und die Hochwart sehen. Wir umrunden fast den gesamten Mariolberg, bis wir – bei gemütlichem Gang – nach ca. 1 Stunde die liebe Mariolberger Alm (1661 m), erreichen. Hier kann man rasten und sich stärken, die Kinder haben viele Möglichkeiten, zu spielen. Im Winter kann man sich den Abstieg mit der Rodel versüßen! Doch sollte man sich während der kalten Jahreszeit unbedingt vorher informieren, ob die Alm geöffnet hat. Wer noch weitergehen möchte, kann bis zur Inneren (2051 m) und dann zur Äußeren Falkomai Alm (2136 m) wandern. Der Rückweg erfolgt über die Aufstiegsroute.

**Gehzeit 2 ¼ Stunden – 5,1km – 130 Höhenmeter – max. Höhe: 1.669m**



## 21) Um das Mutegg von der Schwemmalm zur Kuppelwieser Alm

Sie fahren mit der Umlaufbahn von der Talstation Schwemmalm in Kuppelwies hoch zur Bergstation der Schwemmalm. Die einfache Bergwanderung startet hier. In nördliche Richtung geht es zunächst auf Steig Nr. 6 leicht ansteigend hinauf, dann weiter auf Markierung 5 und 5B bergab zur Kuppelwieser Alm. Entlang des Weges beeindruckende Ausblicke auf den Hohen Dieb und das Hasenohr. Zurück zum Startpunkt „Bergstation Schwemmalm“ führt die Familienwanderung über den Hinweg.



**Gehzeit 2,5 Stunden – 7,4km – 350 Höhenmeter – max. Höhe: 2.227m**

## 22) Rundwanderung von der Schwemmalm in die Grube am Steinbergl

Start: Talstation Umlaufbahn Schwemmalm in Kuppelwies. Der lohnende Höhenweg startet an der Bergstation der Umlaufbahn Schwemmalm. Zunächst führt die Wanderung zur Äußeren Schwemmalm und auf Markierung 29 weiter bis "in die Grube". Am Aussichtspunkt warten herrliche Panorama- und Tiefblicke. Nach einer langen Kehre links weiter gerade aus auf Steig Nr. 13B zur inneren Schwemmalm. Erneut links weiter auf Weg 13 und zurück zum Ausgangspunkt an der Bergstation.



**Gehzeit 1,5 Stunden – 5,6km – 130 Höhenmeter – max. Höhe: 2.185m**

**Variante:** Abstieg von der Grube nach St. Nikolaus (Nr. 12a + 12).

## 23) Wandertipps außerhalb vom Ultental:

- ~ Gaulschlucht mit ihren Hängebrücken in Lana
- ~ Eichhörchenweg in Marling
- ~ Völlaner Badl oberhalb von Lana
- ~ Zur Bärenbadalm oberhalb von Lana
- ~ Familienalm Taser oberhalb von Schenna auf 1.450m
- ~ Über das Knottnkino zum Gasthaus Waldpichl (Vöran)
- ~ Filzkunstwanderweg auf der Hochebene Tisens
- ~ Erlebnisweg Vorbichl Prissian/ Tisens
- ~ Marlinger Waalweg
- ~ u.v.m.