

(1) Ehrwald - Via Claudia - Imst –(Pfunds)

Höhenmeter	1300
km	75
Erwald	An der ESSO zum M-Preis an Verkehrsinsel geteerte Rampe hoch Forstweg rechts halten, Römerweg.
Weißensee	???
Alter Fernspass	Querung Fernpass-Straße; halbrechts hoch, nach ca. 100m links dann Via Claudia für Biker (nicht Wanderweg) folgen, schöner Trail
Fernstein Camping	<i>NICHT nach Stanciu fahren</i> sondern durch einen kleinen Tunnel unter der Straße durch und dann auf Forstwegtrail links der Straße nach Nassereith rein. Ab Nassereith Waldweg bis Imst
Nassereith	
Imst	Imst östlich auf Trail direkt entlang des Flusses umfahren. Man kommt ungefähr 500 m vor der Brücke über die Klamm auf die Straße. Die Klamm auf der Brücke überqueren und dann sofort auf Forstweg rechts der Straße ins Pitztal hoch fahren. Später ein kurzes Stück über die Straße und dann Links der Straße über Forstweg / Trail hoch zur Piller Höhe.
Arzl (880)	
Piller Höhe (1559)	An der Piller Höhe links halten und bei dem nun leider geschlossenen Wirtshaus rechts unbeschildert in den Forstweg Inntalwärts abzweigen Asphalt möglich
Prutz (864)	
Pfunds (970)	Via Claudia
Übernachtung:	Pfunds

(2) Pfunds - Samnaun - Zebblasjoch – (Heidelberger Hütte)

Höhenmeter	1900
km	36
Pfunds (970)	
Samnaun (1844)	Zunächst auf wenig befahrener Asphaltstraße Richtung Samnaun hoch, die man später auf Forstwegen und Trails verlassen kann
Zebblasjoch (2539)	Einsamer Anstieg zum Zebblasjoch. Von hier entweder direkt ins Tal und über Forstweg hoch (Gampenalpe?) zur Heidelberger Hütte, oder nach links queren zur Forcella da Val Gronda (ca. 30 schieben / tragen) und dann bis zur Hütte trailen. Holy Trail.
Heidelberger Hütte (2260)	
Übernachtung	Heidelberger Hütte 0043/5444/5418

(3) Heidelberger Hütte - Fimbapass (2608) – (Müstair)

Höhenmeter	1750
-------------------	-------------

km	65
Heidelberger Hütte (2260)	
Fimbapass (2608)	Fimberpass Holy Trail
Vna	Kurz vor Vna scharf rechts Wiesen-später Wurzeltrial
Kurhaus Val Sinestra (1524)	Naturstrasse bis Sent
Sent (1430)	
Scoul (1200)	
S-Charl (1810)	
Plan da Funtanas (1497)	
Alp Astras (2135)	vor Hütte nach rechts oben queren, um Trail zu erwischen, nach Wiese beginnt gut fahrbarer Trail durch Krüppelkiefern
Costainas Pass (2251)	Naturstraße und Forstweg auf den Costainas Pass am Ende leichter Trail bergauf.
Val Müstair - Müstair (1250)	Ab Lü versteckter Supertrail bis Sta. Maria runter Holy Trail
Übernachtung:	JH Chasa Plaz, CH-7356 St. Maria, Tel.: +41/81-8585661, Fax: 8585052 - meine Empfehlung: dort Abendessen selbst kochen, wenn man bei gutem Wetter im Freien sitzen kann, oder Hotel Stelvio (www.allegra-tourismus.ch)

Details

Für diesen Trail in Lü erst nochmal links hoch abzweigen auf den Val Mustair Höhenweg (ca 100 hm). Später, ca 500 m nach einer Alm vom Forstweg rechts abzweigen. Für ca 500 m noch Forstweg, ab dann zunächst supersteiler Wald und Wiesentrial. Er mündet oberhalb eines kleinen Weilers auf schmale Asphaltstraße. Dieser kurz bergab folgen und in der Linkskehre in den Weiler hinein nach links Abzweigen. Mitte im Weiler geht etwas versteckt nach Links ein Trail ab. Dieser geht nun fast durchgehend leicht bergab superschmal mit viel Flow. Irgendwann wird der Trail sehr verwachsen und man sieht links oberhalb einen Hof. Die 20 m zu dem Hof hochschieben und von dort wieder entlang des Hanges leicht abwärts auf schlechten Forstweg / Trail. Nach Querung eines Weidezauns kommt kurz darauf an eine Feuerstelle mit Bank. Hier unbeschildert rechts bergab. Erst gemütlich dann supersteil. Der Trail endet im Wald.hier findet sich linkerhand ein Gatter nach desse Querung man kurz auf einem schmalen Asphaltsträsslein bergab fährt. Achtung, wirklich nur kurz. Es geht dann gleich wieder rechts ab. In einer Schussfahrt auf stark zugewachsenem Forstweg / Trail schiesst man nun noch geradeaus nach St. Maria hinab. Dabei berührt man in einer Serpentine noch mal kurz das Asphaltsträsslein. In St. Maria kommt man beim Holzagerplatz an. Den Bach queren und zur Hauptstraße hoch kommt man direkt bei der Jugendherberge in Sta. Maria raus.

(4) Müstair - Sta. Maria (1375) –Stilfser Joch - Dreisprachenspitze (Franzenhöhe)

Höhenmeter	2.100
km	40
Sta. Maria (1342)	
Umbrail Pass (2500)	Teer
Stilfser Joch (2758)	Teer
Dreisprachenspitze (2843)	
Einstieg Goldseetrial	Oberhalb Wormisonsteig oder 7 Kehre ??? Abkürzung über Tartscher Alm ??
Goldseetrial	Unbedingt machen. Ausreichend Schwindelfreiheit mitbringen Der erste Teil ist fahrtechnisch harmlos aber ausgesetzt. Der zweite Teil ist durchaus ein bisserl anspruchsvoll. Man kann aber sehr schön früher aussteigen. Man kommt über einen

	<i>kurzen Verbindungstrail, den man schieben muss zu dem Fortsweg der für die Errichtung der Lawinenverbauung von Trafoi angelegt wurde. Diesem nun stets mit Westeinschlag folgen. Dann kommt man ca.80 hm unter der Franzeshöhe raus. Holy Trail</i>
Furkelhütte (2153)	
Trafoi (1543)	Auf Teer?
Franzenshöhe (2189)	
Übernachtung:	Franzenshöhe (<i>Spitzenübernachtung mit Sauna und Schwimmbad und super Essen und einer netten Wirtin</i>)

(5) Franzeshöhe - Stilfser Joch - Umbrail

Höhenmeter	1.200
km	40
Franzenshöhe (2189)	
Stilfser Joch (2758)	
Bocchetta di Forcola (2768)	
Trail zum Lago di Cancano	Bocch.die Pedenoletto, Bocch. di Pedenolo, M.ga Pedenolo Holy Trail.
<i>Pedenolo Variante</i>	<i>schon in der ersten Rechtskurve der Abfahrt nach der verfallenen Militärkaserne links auf schmalen Gerölltrail, der im wesentlichen ohne Höhenverlust entlang des Hanges führt. Das is a bisserl anspruchsvoller und am Ende mal kurz etwas weglos</i>
Lago di Cancano (1884)	
Übernachtung:	Wo übernachten ??

Abkürzung (1 Tag abkürzen) vom Lago di Cancano direkt über Bormio (ohne Passo die Verva und Grosio) zum Rifugio la Baita fahren

(6) Lago di Cancano - Passo di Verva – Grosio - San Bernardo – Rifugio La Baita (1866)

Höhenmeter	1.700
km	35
Lago di Cancano (1884)	
Torri di Fraele (1941)	
Eita	Wie vom Lago die Cancano zum Pso. Verva Weg über Presure?? Auf Gleicher Höhenlinie ???
Passo di Verva (2301)	Vom Passo di Verva runter ist am Anfang grober Schotter. Später beim Beginn des Asphalt kann man aber (hier links halten) auf einen Trail abzweigen. Man muß also nicht den Asphalt nehmen. Irgendwann quert man die Straße nochmal und fährt erst ganz am Ende Asphalt nach Grosio.
Grosio (656)	Straße
Le Prese (954)	Straße
Fumero (1465)	Straße
San Bernardo (1866)	

Rifugio La Baita (1866)	
Übernachtung:	Rifugio La Baita 0364 433038 http://web.tiscali.it/foxrezzalo/home_deutsch.htm

(7) Rifugio La Baita - Passo del Alpe (2450)

Gavia Passstrasse (1900) - Gavia Pass (2621) -

Pezzo (1565) - Rif Angelino Bozzi (2478)

ca. 1850 Höhenmeter

ca. 35 km

Höhenmeter	1.850
km	35
Rif. La Baita (1866)	
Passo del Alpe (2450)	Ca. 2h davon 30 min schieben. Steil oben nicht fahrbar
Gavia Passstrasse (1900)	
Gavia Pass (2621)	Tunnel rechts umfahren, letzte 250 hm Trial in Rechtskehre
Pezzo (1565)	
Rif. Angelino Bozzi (2478)	
Übernachtung	Rif. Angelino Bozzi 0364-900152 http://www.altaquota.it/SchedaRifugio.asp?IdRifugio=311

Kürzungsmöglichkeit auf 8 Tage (Fubbes)

Am Tag 7 noch ein Stück weiterfahren über Montozzo-Scharte bis Pejo (Übernachtung z.B. im Hotel St. Maria). Dann kannst du an Tag 8 (ohne Graffer) durchfahren bis zum Gardasee. Bregn de l'Ors musst du dabei nicht auslassen, wäre aber eine zusätzliche Option.

(8) Rif Angelino Bozzi - Forcellina di Montozzo (2613 m) -

Lago di Pian Palu - Pejo (1580) - Ossana - Dimaro (ca. 800) - Rifugio Graffer (2261)

Höhenmeter	1.730
km	58
Rif Angelino Bozzi (2478)	
Forcellina di Montozzo (2613)	Schiebepassage 40%
Baito (2450)	
Lago di Pian Palu (1800)	Straße oder erste Spitzkehre Weg 125 nehmen??
Pejo (1580)	Radweg
Ossana (1003)	Radweg
Dimaro (800)	Radweg
Madonna di Campiglio (1522)	Straße
Rifugio Graffer (2261)	
Übernachtung:	Rifugio Graffer (2261) 0039 0465 441358

(9) Rifugio Graffer (2261) - Passo Bregn del Ors -

Rifugio Ghedina - Arco

Höhenmeter	1.150
km	68
Rifugio Graffer (2261)	bergauf 15 Minuten schieben zum Bregn del Ors
Passo Bregn del Ors (1836)	
Rifugio Ghedina (1128)	
Stenico (666)	

Weiter je nach Endpunkt	
Übernachtung:	Arco, Rovereto oder Trento

bergab Holy Trail

Hi Tom,

vielen Dank für die Blumen. Am besten kürzt Du die Tour indem Du einen Tag früher losfährst (= Freitag). 😊
Alle anderen Kürzungen (z.B. Rif Graffer auslassen) kosten köstliche Trails. Und die wollt ihr ja alle fahren.
Von Ehrwald nach Pfunds kann man relativ schnell durchdrücken, wenn man zur Piller Höhe hoch auf der Asphaltstraße bleibt (statt Forstweg und Trail).

Wenn ich was weglassen müsste, dann würde ich am fünften Tag vom Lago di Cancano direkt über Bormio (ohne Passo die Verva und Grosio) zum Rifugio la Baita fahren. Der wird dann zwar etwas länger, aber geht schon noch ... Damit hättest Du denn sechsten Tag, der ja wie der fünfte eher kürzer ist, komplett weggespart.

Anbei die Karten die du brauchst:

Karten: Ehrwald - Lago Trails / Trautberg Variationen:

- Kompass 35: Imst - Telfs - Kühtai
- Kompass 42: Landeck - Nauders - Samnaungruppe
- Kümmerly + Frey: Unterengadin, Maßstab 1: 60000
- Kompass 072: Nationalpark Stilfser Joch
- Kompass 73: Gruppo die Brenta
- Kompass 071: Alpi di Ledro - Valli Giudicarie

Die Trails sind aus meiner Grobbeschreibung nicht immer leicht zu finden. Lass mich wissen, wenn Du noch weitere Infos brauchst.