

# Programm der geführten Wanderungen:

## Geführte Wanderung am Mittwoch, 31. Oktober 2018

### „Sextner Almen“ mit Elisabeth:

Mit unserem Wanderbus/Auto fahren wir zum Kreuzbergpass. Dort beginnen wir unsere Wanderung Richtung Nemes Alm. Vorbei an Hochmooren, Fichten und Lärchenwälder erreichen wir das „Saumahd“; bis zum Seikofel ist es nun nicht mehr weit. Es folgt ein kleiner Anstieg auf einem schmalen Steig; auch hier begegnen wir noch Resten aus dem ersten Weltkrieg – Schützengräben unterhalb des Gipfels sind Zeitzeugen vom Kampf zwischen den österreichischen und italienischen Truppen. Auf der kleinen Anhöhe, dem Seikofel, hat man einen tollen Ausblick auf die Almlandschaft und den karnischen Kamm. Den Abstieg wählen wir auf der Rückseite und gelangen so, erneut über das „Saumahd“, zur Nemes Alm (1.900m). Nach einer ausgiebigen Pause kehren wir zum Kreuzbergpass zurück.

ca. 594 Hm – ca. 6 Stunden (Pausen inklusive) – mittel

Treffpunkt 09.00 Uhr Berghotel Hotelhalle

## Geführte Wanderung am Donnerstag, 1. November 2018

### „Alpine Zirmwanderung auf der Plätzwiese“ mit Veronika:

Mit unserem Wanderbus/eigenem Auto fahren wir zur Plätzwiese. Auf dieser gemütlichen, herbstlichen Wanderung tauchen wir ein in die ursprüngliche und idyllische Natur der Plätzwiese auf 2000m in den Prager Dolomiten. Wir wandern über einen urigen Bergsteig an der Sonnenseite dieser ursprünglichen und aussichtsreichen Hochalm am Fuße der Hohen Gaisl (3146m) und des Dürnstens (2839m) in Richtung Dürrensteinhütte (2040) und kommen an vielen alten, windzerzausten und wettergeformten Urzirben vorbei. Diesen „Spezialisten unter den Nadelbäumen“ lernen wir mit allen Sinnen kennen: Atmend, fühlend, schmeckend und hörend. Was hat uns die Zirbelkiefer an Überlebensstrategien zu sagen? Welche vielfältigen Wirkungen hat sie auf uns Menschen? Dies und mehr an Altem und Neuem Baumwissen erzähle ich Ihnen und zeige Ihnen, wie Sie selbst und ganz einfach kostbare Zirben Produkte herstellen können. An besonderen Kraftplätzen lassen wir die stille Kraft und erhabene Schönheit dieses „Kleinods“ in den Dolomiten auf uns wirken und schöpfen mit bewussten einfachen Atemübungen Energie, die Körper, Geist und Seele erfrischt und uns nachhaltig nähren kann. Lassen Sie sich überraschen, was uns des Weges noch so begegnet.... auch an inspirierenden Wandergesprächen und Naturweisheiten.

ca. 200 Hm - ca. 4 Stunden (Pausen inklusive) – leicht \*Sitzunterlage & Getränk mitnehmen\*

Treffpunkt 09.00 Uhr Berghotel Hotelhalle



## Geführte Wanderung am Freitag, 2. November 2018

### „Drei Zinnen Umrundung“ mit Herbert:

Mit dem Wanderbus/Auto fahren wir zur Auronzohütte. Von dort gehen wir entlang des Wanderweges Nr. 101 auf den Paternsattel und zur Drei-Zinnen-Hütte. Von hier weiter über die Weideflächen zur Lange Alm. Über die Forcella Col de Mezzo zurück zum Ausgangspunkt. Die Umrundung der Drei Zinnen, dem markantesten Gebirgsstock des Dolomiten UNESCO Welterbes, ist ein Muss für jeden Wanderer. Die einfache Wanderung ohne beträchtlichen Höhenunterschied, führt uns zur Drei-Zinnen-Hütte, mit ihrem atemberaubenden Panorama auf die Nordwände der Drei Zinnen.

ca. 250 Hm - ca. 4-5 Stunden (Pausen inklusive) – leicht \*Proviant mitnehmen\* - Unkostenbeitrag € 5,00 pro Person

Treffpunkt 09.00 Uhr Berghotel Hotelhalle



## Geführte Wanderungen am Samstag, 3. November 2018

### „Schmuggersteig - Helm“ mit Elisabeth:

Zu Fuß wandern wir zur Helmseilbahn nach Sexten. Mit der Seilbahn gelangen wir auf eine Höhe von 2050m; auf dem Olperlpfad wandern wir Richtung Hasenköpf (2.284m). Bereits jetzt haben wir einen wunderschönen Ausblick auf die Sextner Dolomiten. Ein kleiner Steig führt uns zum Helmhaus (2.413m). Dieser unscheinbare Gipfel bietet uns einen atemberaubenden Ausblick: Sextner Dolomiten, Lienzer Dolomiten, Großvenediger und Großglockner um nur einige Berge zu nennen. Nach einer kleinen Pause setzen wir die Wanderung Richtung Sillianer Hütte (2.455m) fort. Nach und nach können wir auch die Drei Zinnen immer besser sehen. Vor einer gewaltigen Bergkulisse genießen wir unser Lunchpaket und machen uns dann auf den Rückweg. Mit der Seilbahn geht es wieder nach Sexten und zurück nach Moos.

ca. 640Hm – ca. 5-6 Stunden (Pausen inklusive) – mittel \*Proviant mitnehmen\*

Treffpunkt 09.00 Uhr Berghotel Hotelhalle

## **ANMELDUNG AN DER REZEPTION INNERHALB 18.00 UHR DES VORTAGES**

- **Ausrüstung:** Snack und Trinken, Regenjacke, Handy, Geld, gutes Schuhwerk, Sonnenschutz, Pflaster (Blasen)
- **Teilnehmerzahl:** Mindestens 4 Personen – Maximal 15 Personen pro Wanderung.  
Die geführten Wanderungen sind nicht geeignet für Kleinkinder.
- **Pünktlichkeit:** Wir starten pünktlich, d.h. genau um die angegebene Uhrzeit
- **Wanderbus:** Bei manchen Wanderungen fahren wir mit unserem hoteleigenen Wanderbus zum Ausgangspunkt der Tour. Die ersten 8 Personen, die sich anmelden, können mit dem Bus mitfahren, alle weiteren Personen bitten wir mit dem eigenen Auto hinterherzufahren bzw. Fahrgemeinschaften zu bilden. Gäste, die mit öffentlichen Verkehrsmitteln angereist sind, bitten wir sich frühzeitig anzumelden.