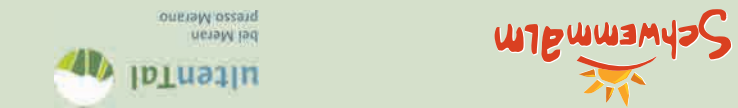


Echt guat Wandern!
Escursionismo puro!Information und Betriebszeiten Schwemmalmbahn
Informazione e orario di apertura cabinovia SchwemmalmTel. +39 0473 795390
info@schwemmalm.com – www.schwemmalm.com

Scan and see

Busfahrplan Sommer
Orario autobus estate

Scan and see

Bergrettung / Soccorso alpino

Im Falle einer Verletzung und notwendiger Hilfe,
wenden Sie sich an die Landesnotrufzentrale (112).Per il soccorso ed il trasporto in caso di incidente, occorrerà
fare riferimento alla Centrale provinciale d'emergenza (112).sea.wies
bar&lofttäglich geöffnet
aperto tutti i giorni
8.00 - 19.00

an der talstation | alla stazione a valle

1 HÖCHSTER HÜTTE
RIFUGIO CANZIANIBergstation/staz. a monte – Innerschwemm (Alm/malga) – Hinterer
Flatschberg (Alm/malga) – Außerer Pilsberg (Alm/malga) – Höchster
Hütte/Rif. Canziani – Weißbrunn/Fontana BiancaAusgesprochen lange Tour, die den Wanderer an den Rand des Hoch-
gebirges bringt. Obwohl die Route auf guten Wegen verläuft, sind Berg-
erfahrung und gute Kondition Voraussetzung.Escursione decisamente lunga che conduce in un contesto di alta montagna.
Il percorso si snoda lungo sentieri ben tracciati, ma è richiesta una certa
conoscenza della montagna e un buon allenamento.Schwierigkeit / difficoltà: anspruchsvoller Bergweg / sentiero impegnativo
Gehzeit / tempo di percorrenza: 7–8 Std. / ore
Höhendifferenz / dislivello: 1251 m2 WEISSBRUNN
FONTANA BIANCABergstation/staz. a monte – Innerschwemm (Alm/malga) –
Schusterhütte (Alm/malga) – Hinterer Flatschberg (Alm/malga) –
Tufer (Alm/malga) – Außerer Pilsberg (Alm/malga) –
Innerer Pilsberg (Alm/malga) – Weißbrunn/Fontana BiancaLange Bergwanderung mit mehreren Einkehrmöglichkeiten, die jedoch
eine gute Kondition voraussetzt.Lunga escursione con svariate possibilità di ristoro lungo il tragitto, che
richiede un buon allenamento.Anmerkung / nota: Rückfahrt von Weißbrunn mit dem Bus / ritorno da
Fontana Bianca con l'autobusSchwierigkeit / difficoltà: mittelschwieriger Bergweg / sentiero di media
difficoltàGehzeit / tempo di percorrenza: 5–6 Std. / ore
Höhendifferenz / dislivello: 780 m

Innerer Pilsberg (Alm/malga)

3 ÜBER DIE ALMEN
ATTRAVERSO LE MALGHEBergstation/staz. a monte – Innerschwemm (Alm/malga) – Grubberg –
St. Nikolaus/S. Nicolò – Kuppelwies/PracupolaDiese Panoramawanderung führt von der Hochalm Außerschwemm um
den Bergrücken des Muteggs herum und öffnet den Blick zum verglet-
scherten Hasenöhl. Von der Innerschwemm führt der Abstieg vorbei
an den darunterliegenden Berghöfen bis nach St. Nikolaus und über den
Höfeweg nach Kuppelwies.Questa escursione panoramica porta dalla malga Außerschwemm intorno
al crinale del Mutegg e apre la vista sul ghiacciaio della cima Orecchia di Le-
pre (Hasenöhl). La discesa passa dalla malga Innerschwemm ai sottostanti
masi fino a S. Nicolò e lungo il sentiero dei masi fino a Pracupola.Anmerkung / nota: Rückfahrt von St. Nikolaus auch mit dem Bus /
ritorno da S. Nicolò con l'autobus
Schwierigkeit / difficoltà: leichter Bergweg / sentiero escursionistico facile
Gehzeit / tempo di percorrenza: 3–4 Std. / ore
Höhendifferenz Abstieg / dislivello discesa: 1062 m4 ZUR KUPPELWIESER ALM
ALLA MALGA KUPPELWIESBergstation/staz. a monte – Kuppelwieser Alm (Alm/malga) –
Bergstation/staz. a monteEinfache und geruhsame Bergwanderung. Entlang des Weges imposan-
ter Ausblick auf den Hohen Dieb, das 3257m hohe Hasenöhl und den
Arzkarsee.Escursione facile e tranquilla. Lungo il cammino è grandiosa la vista sui massicci
Hoher Dieb, Orecchia di Lepre (Hasenöhl, 3257m) e sul lago di Quaira.Schwierigkeit / difficoltà: leichter Bergweg / sentiero escursionistico facile
Gehzeit / tempo di percorrenza: 2–3 Std. / ore
Höhendifferenz / dislivello: 450 m

Richtung / direzione Kuppelwieser Alm

5 RUNDWANDERUNG „IN DER GRUBE“
ESCURSIONE CIRCOLARE SULLA SCHWEMMALMBergstation/staz. a monte – Außerschwemm (Alm/malga) –
Grube – Innerschwemm (Alm/malga) – Bergstation/staz. a monteDieser lohnende Höhenweg führt von der Bergstation Schwemmalm
hoch über der Talsohle in Richtung Hasenöhl zur Grube und wartet
mit herrlichem Panorama- und Tiefenblick am Aussichtspunkt auf. Im
leichten Abstieg führt die Rundwanderung über die Innerschwemmalm
zurück zur Bergstation.Questa appagante alta via porta dalla stazione a monte della funivia
Schwemmalm in alto sopra il fondovalle passando per la Grube in direzione
Orecchia di Lepre (Hasenöhl) e propone uno stupendo panorama e visuale
verso la vallata sottostante. Giro con facile discesa che porta attraverso la
malga Innerschwemm alla stazione a monte.Anmerkung / nota: Abstieg nach St. Nikolaus / discesa verso S. Nicolò
Schwierigkeit / difficoltà: leichter Bergweg / sentiero escursionistico facile
Gehzeit / tempo di percorrenza: 1,5–2 Std. / ore
Höhendifferenz / dislivello: 160 m6 NACH ST. GERTRAUD
A S. GELTRUDEBergstation/staz. a monte – Außerschwemm (Alm/malga) –
Innerschwemm (Alm/malga) – Grube – Steinbergl (Alm/malga) –
Kaserfeld (Alm/malga) – Flatschhöfe (masi) – St. Gertraud/S. GeltrudeDiese einfache und relativ gemütliche Bergwanderung führt ohne nen-
nenswerten Anstieg immer im Abstieg nach St. Gertraud, wobei im
unteren Teil der Wanderung eine ursprüngliche Bergbauern-Landschaft
durchstreift wird.Itinerario facile e relativamente agevole che, pressoché privo di tratti in sali-
ta, scende fino a S. Geltrude attraversando, nel tratto inferiore, un suggesti-
vo paesaggio antropizzato.Anmerkung / nota: Rückfahrt von St. Gertraud auch mit dem Bus /
ritorno da S. Geltrude con l'autobus
Schwierigkeit / difficoltà: leichter Bergweg / sentiero escursionistico facile
Gehzeit / tempo di percorrenza: 3–3,5 Std. / ore
Höhendifferenz Abstieg / dislivello discesa: 995 m

Lahnersäge, St. Gertraud / S. Geltrude

7 AUF DAS MUTEGG
SUL MUTEGGBergstation/staz. a monte – Mutegg – Rosslahnerscharte –
Außerschwemm (Alm/malga) – Bergstation/staz. a monteDie Tour auf das Mutegg führt von der Bergstation durch die Almweiden
und abseits der Pisten im stetigen Aufstieg bis zum Gipfel Mutegg. Von
dort geht es mit herrlichem Panoramablick auf die umliegenden Berge
über die Rosslahnerscharte in stetigem Abstieg bis zur Außerschwemm-
alm und wieder zurück zur Bergstation.L'escursione sulla cima Mutegg porta dalla stazione a monte attraverso i
pendii della malga e lontano dalle piste in ripida ascesa fino alla cima del
Mutegg. Da qui si può godere di una meravigliosa vista panoramica sulle
montagne circostanti. Il ritorno avviene attraverso la „Rosslahnerscharte“
in costante discesa fino alla malga Ausserschwemm e alla stazione a monte.Schwierigkeit / difficoltà: mittelschwieriger Bergweg / sentiero di media
difficoltà
Gehzeit / tempo di percorrenza: 3 Std. / ore
Höhendifferenz / dislivello: 517 m

Blick auf den Arzkar-Stausee / vista sul lago di Quaira

8 ZUR STEINRAST
ALLA STEINRASTBergstation/staz. a monte – Kuppelwieser Alm (Alm/malga) –
Steinrast – St. Moritz/S. Moritz – Kuppelwies/PracupolaDiese lange Bergwanderung führt von der Bergstation zur Kuppelwieser
Alm und von dort absteigend zum Bergrestaurant Steinrast. Weiter geht
es über den Wanderweg Nr. 11 nach St. Moritz und über den Kreuzweg in
stetigem Abstieg zurück nach Kuppelwies.L'escursione lunga conduce dalla stazione a monte alla malga Kuppelwieser
Alm, da cui si scende fino al ristoro montano Steinrast. Da qui si imbecca il
sentiero n. 11 fino a S. Moritz e poi, lungo la Via Crucis, in ripida discesa si
scende fino a Pracupola.Anmerkung / nota: langer Abstieg / lunga discesa
Schwierigkeit / difficoltà: mittelschwieriger Bergweg / sentiero di media
difficoltà
Gehzeit / tempo di percorrenza: 4 Std. / ore
Höhendifferenz / dislivello: 124 m Aufstieg/salita, 1100 m Abstieg/discesa

Das Kirchlein St. Moritz / la chiesetta di S. Moritz

9 WALDBRUNNENWEG
SENTIERO WALDBRUNNENBergstation/staz. a monte – Außerschwemm (Alm/malga) –
Innerschwemm (Alm/malga) – Erlebnisteich / laghetto Schwemmalm –
Bergstation/staz. a monteAls Rundwanderweg konzipiert, ist die Strecke auch mit Buggy oder Kin-
derwagen bequem begehbar. Entlang der Strecke finden sich zahlreiche
Rastmöglichkeiten und Erlebnispunkte für die ganze Familie, die sich
rund um das kühle Nass drehen. Hier erfahren Kinder vielerlei Wissens-
wertes zum Thema Wasser in den Alpen, für Erfrischung und Belebung
müder Glieder sorgen Rinnsale, Gebirgsbrunnen und -bäche, stets be-
gleitet von einem einzigartigen Panorama, mit Blick von den Dolomiten
bis zum hohen Ortlermassiv.Concepito come giro circolare, il percorso è adatto anche a carrozzine e pas-
seggi. Lungo il percorso si trovano numerosi punti in cui fare sosta e sta-
zioni interattive per tutta la famiglia. I piccoli esploratori qui imparano a
conoscere il mondo dell'acqua nelle Alpi, senza dimenticare il costante com-
pagno di viaggio che non manca mai di stupire: lo spettacolare panorama
dalle splendide Dolomiti all'imponente gruppo dell'Ortles-Cevedale.Schwierigkeit / difficoltà: leichter Bergweg / sentiero escursionistico facile
Gehzeit / tempo di percorrenza: 1 Std. / ora10 ROSSLAHNERSCHARTE – ARZKAR-STAUSEE
FORCELLA ROSSLAHNER – LAGO DI QUAIRARosslahnerscharte/forcella Rosslahner – Arzkar-Stausee/lago di Quaira –
Kuppelwieser Alm (Alm/malga) – Bergstation/staz. a monteDie Tour führt von der Bergstation zur Äußeren Schwemmalm und kurz
über den Waldbrunnenweg bis zur Rosslahnerscharte. Im stetigen Auf-
stieg und mit herrlichem Panoramablick auf die umliegenden Berge
folgt man dem Weg bis zur Scharte und anschließend folgt ein steiler
Abstieg bis zum Arzkar-Stausee und weiter bis zur Kuppelwieser Alm.
Von dort erreicht man in leichtem Aufstieg nach ca. 1,5 Std. die Berg-
station.L'itinerario conduce dalla stazione a monte alla malga Ausserschwemm
e, attraverso il Waldbrunnenweg, alla forcella Rosslahner. Con una salita
costante e meravigliose viste panoramiche sulle montagne circostanti, si
segue il sentiero fino alla sella e poi una ripida discesa fino al lago di Quaira
e alla malga Kuppelwieser Alm. Da qui si raggiunge la stazione a monte
dopo una facile salita di circa 1,5 ore.Anmerkung / nota: Trittsicherheit unbedingt erforderlich / passo sicuro
obbligatorio
Schwierigkeit / difficoltà: schwieriger Bergweg / sentiero difficile
Gehzeit / tempo di percorrenza: 4,5 Std. / ore
Höhendifferenz / dislivello: 668 m

Straße Strada	Rodelbahn Pista per slitte	LIFTE / IMPIANTI Länge Höhendifferenz – lunghezza impianti dislivello	PISTEN / PISTE Schwierigkeit difficoltà
Freeride	Freeride	1 Schwemmalm 2865 m 1012 m	1 Sinkmoos mittelschwer / media diff.
Skischule Scuola di sci	Skischule Scuola di sci	2 Breiten 930 m 400 m	2 Skiweg St. Moritz leicht / facile
Paragliding	Paragliding	3 Übungslift / Sciovia per principianti 240 m 57 m	3 Training Schwemmalm mittelschwer / media diff.
Skiverleih Noleggio sci	Skiverleih Noleggio sci	4 Schwemmereg 1050 m 335 m	4 Kircheler mittelschwer / media diff.
Erste Hilfe 112 Pronto soccorso 112	Erste Hilfe 112 Pronto soccorso 112	5 Mutegg 1570 m 520 m	5 Mutegg schwer / difficile
		6 Förderband Nastro	6 Asmol mittelschwer / media diff.
		7 Förderband Nastro	7 Dreimandler mittelschwer / media diff.
		8 Förderband Nastro	8 Breitlahner mittelschwer / media diff.
			9 Freeride Mutegg schwer / difficile
			10 Skiweg Schwemmalm-Breiten leicht / facile
			11 Skiweg Asmol-Schwemmalm leicht / facile
			12 Skiweg Schwemmereg leicht / facile



Tourisusbüro
Ufficio turistico

Museum
Museo

Kabinenbahn
Cabinovia

Parkplatz
Parcheggio

Erste Hilfe
Pronto soccorso

Sehenswürdigkeit
Giro turistico

Bushaltestelle
Fermata autobus

Almhütte
Malga

Kirche
Chiesa

Restaurant | Bar
Ristorante

Wanderwege
Sentiero

Wanderwege durch Berge verdeckt
Sentiero nascosto dalle montagne

EINKEHRMÖGLICHKEITEN / PUNTI DI RISTORO

- Außerschwemm (Alm / malga)**
ab Bergstation / dalla staz. a monte: ca. 10 min
- Innerschwemm (Alm / malga)**
ab Bergstation / dalla staz. a monte: ca. 30 min
- Gasthaus / Ristorante St. Moritz**
ab Bergstation / dalla staz. a monte: ca. 1 Std. / ora
- Kuppelwieser Alm (Alm / malga)**
ab Bergstation / dalla staz. a monte: ca. 1,5 Std. / ore
- Bergrestaurant / Ristorante Steinrast**
ab Bergstation / dalla staz. a monte: ca. 2 Std. / ore
- Kaserfeld (Alm / malga)**
ab Bergstation / dalla staz. a monte: ca. 2,5 Std. / ore
- Schusterhütte (Alm / malga)**
ab Bergstation / dalla staz. a monte: ca. 2,5 Std. / ore
- Flatschberg (Alm / malga)**
ab Bergstation / dalla staz. a monte: ca. 3,5 Std. / ore
- Bergrestaurant / Ristorante Weißbrunn**
ab Bergstation / dalla staz. a monte: ca. 5 Std. / ore
- Weißbrunner Almhütte (Alm / malga)**
ab Bergstation / dalla staz. a monte: ca. 5 Std. / ore

Kontakte und Öffnungszeiten siehe /
informazioni e orari di apertura vedi:



WANDERBUS / MEZZI PUBBLICI

Bequem zurück mit öffentlichen Verkehrsmitteln –
Wanderbus Weißbrunn, siehe Busfahrplan /
Comodo ritorno con i mezzi pubblici, vedi orario autobus

RADVERLEIH / NOLEGGIO BICI

Rent and go
Kuppelwies / Pracupola
Talstation / staz. a valle Schlemmalmbahn
Tel. +39 0473 790097



PARAGLIDING

Die Schlemmalm ist aufgrund ihrer geografischen
und thermischen Besonderheiten ein ideales Fluggebiet.
*La Schlemmalm è un'area di volo ideale per le sue
peculiarità geografiche e termiche.*



FREISCHWIMMBAD / PISCINA ALL'APERTO

Abkühlung an heißen Tagen bietet das öffentliche
Schwimmbad St. Walburg.
*La piscina all'aperto di S. Walburga, nelle belle giornate
estive è una valida alternativa per un po' di refrigerio.*



VERANSTALTUNGEN / EVENTI

Im Sommer finden auf der Schlemmalm und im
Ultental zahlreiche Events statt.
*In estate, sulla Schlemmalm e in tutta la Val d'Ultimo
si svolgono numerose e varie manifestazioni.*

