

2022

E F R E  
EUROPEAN FEDERATION OF  
RURAL TOURISM



Europäische  
Kommunität  
Regionale  
Entwicklung  
Fonds



MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LAND UND EUROPÄISCHER UNION  
LE 14-20  
ERWACHSENEN  
LE 14-20  
LE 14-20



Interreg  
Italia-Österreich  
European Regional Development Fund

# 3 LÄNDER ENDURO TRAILS



27  
*Singletrails*

58  
*Kilometer*

5  
*Bergbahnen*



Tirol

GRAVITY  
CARD

[3-laenderendurotrails.com](http://3-laenderendurotrails.com)

# Die Trails



© Clément Baur

## Doppelsesselbahn Mutzkopf

**Unterer Family Trail** 70

Er kommt ohne nennenswerte fahrtechnische Herausforderungen aus und macht eine Menge Spaß. Der blaue Untere Family Trail führt über 1,5 Kilometer direkt vom Riatscherhof (Einkehr!) zur Talstation der Mutzkopf Bahn – zunächst über einen relativ breiten Wiesenabschnitt und weiter über einen schmäleren Forstweg.

Länge	Höhendifferenz	Level
1500 m	↘ 150 m	S1

**Green Trail** 66

Er startet am höchsten Punkt auf der Mutzkopf-Seite und ist auch einer der Highlights: Auf seinen 1,7 Kilometer Wegstrecke präsentiert der rote Green Trail viele Wurzeln, griffigen Fels und flowige Abschnitte. Er mündet schließlich in den schwarzen Elven Trail.

Länge	Höhendifferenz	Level
1700 m	↘ 350 m	S2

## Kreuzmoos Trail

Der wunderschöne, rote Kreuzmoos Singletrail zeigt auf seinen 1,5 Kilometern den Mutzkopf von seiner besten Seite! Er bietet ein Wechselspiel aus wurzeligen Waldsektionen und flowigen Wiesenstrecken. Außerdem ist er der Zubringer zum Gerry Trail.

Länge	Höhendifferenz	Level
1500 m	↘ 200 m	S2

## Gerry Trail

Er ist der wohl beliebteste Trail am Mutzkopf (und das durchaus zurecht): Der rote Gerry Trail schlingelt sich über 1,2 Kilometer verspielt talwärts und wartet mit so mancher fahrtechnischen Herausforderung auf – die können allerdings auch einfach umfahren werden und der untere Teil ist entspannter zu bewältigen.

Länge	Höhendifferenz	Level
1200 m	↘ 150 m	S2

## Riatschwegele Trail 1 | Trail 2 | Variante

Er ist der flowigste und einfachste Trail am Mutzkopf: Der Riatschwegele Trail 1 startet am Ende des Gerry Trails und schmiegt sich perfekt in das Gelände ein. Er ist ein verspielter, fein ge-shapter Waldpumptrack und führt nach einem halben Kilometer in ein Northshore und weiter flach mit kurzen Tretpassagen zum Ende am Riatschhof. Von hier kann man entweder über den Riatschwegele Trail 2 oder über eine einfachere Variante zur Talstation Mutzkopf fahren.

Die rote Strecke startet beim Riatschhof (Einkehr!) und wartet gleich im oberen Teil aufgrund der Geländebeschaffung mit fünf etwas fallenden Turns auf, bevor er in eine flowige Schrägpassage übergeht. Zum Abschluss kommen dann nochmals vier knackige Kurven. Entspannter geht's es dann über den Family-Trail weiter zur Mutzkopf Talstation

Länge	Höhendifferenz	Level
700 m   400 m	↘ 130 m   ↘ 150 m	S1   S2

## Elven Trail

Startpunkt dieses durchwegs abwärts führenden Trails ist das Bergrestaurant etwas unterhalb der Bergstation. 1,8 fordernde Trail-Kilometer warten mit dem schwarzen Elven Trail am Mutzkopf auf Bike-BeherrschernInnen. Es ist eine der anspruchsvollsten Strecken der 3-Länder Enduro Trails mit wilden Wurzelpassagen, zackigem Kurs, Felsplatten und schnellen Passagen. Nach 450 Tiefenmetern landet man direkt an der Talstation.

Länge	Höhendifferenz	Level
1800 m	↘ 450 m	S3

## Seilbahn Bergkastel

**Plamort Trail** 71

Landschaftlich wie biketechnisch ein Highlight in der Dreiländerregion: Der grüne Plamort Trail führt über 2,5 Kilometer in einem verspielten, flowigen Auf und Ab mit vielen Holzelementen durch den Wald und hinaus auf das malerische Plateau des Hochmoors Plamort – mit seinem sensationellen Dreitausender-Panorama am Fotofels. Der Trail führt vorbei an den berühmten Panzersperren und über die Grenze nach Italien. Er endet schließlich an der historischen Bunkeranlage, wo man in den Bunker Trail einfallen kann.

Länge	Höhendifferenz	Level
2500 m	↘ 30 m	S0

## Almtrail

Er ist das Verbindungsstück zwischen Bergkastel und Stieralm (Einkehr!) – und somit zwischen Zirmtrail und dem flowigen Plamorttrail bzw. dem 5,5 km langen Trail-Fest, dem Bergkasteltrail. Der Almtrail führt über einen Kilometer teils richtig rockig durch den Wald und ist weitaus mehr als nur eine zweckmäßige Verbindung. . .

Länge	Höhendifferenz	Level
1000 m	↘ 200 m	S2

## Bergkasteltrail

Der rote Bergkasteltrail ist auf seinen 5,5 Kilometern mit allem gespickt, was der versierte Biker sich von einem naturbelassenen Singletrail wünschen mag: schnelle, flowige Passagen, tricky Turns, steinige Sektionen und knackige Gegenanstiege sowie Northshore-Elemente, Doubles und einige Tables. Das Trail-Feuerwerk startet an der Stieralm und endet am Radweg zur Bergkastel-Talstation.

Länge	Höhendifferenz	Level
5500 m	↘ 716 m	S2

## Bunker Trail

Zum Ausgangspunkt an der historischen Bunkeranlage gelangt man über den flowigen Plamorttrail. (Hier, hoch über dem Reschensee mit Blick in den Vinschgau und auf das Ortlermassiv, findet Ihr auch einen der legendären Foto-Spots.) Der rote Bunkertrail ist eine 1,2 Kilometer lange Ikone, teilweise neu angelegt, und startet mit einer schnellen Wiesenfahrt, bevor es technisch anspruchsvoll und steil wird. Er mündet schließlich in dem kurvenreichen Etsch Trail, der weiter talwärts nach Reschen führt.

Länge	Höhendifferenz	Level
1200 m	↘ 273 m	S2

## Etsch Trail

Im technisch fordernden, 1 Kilometer langen Etsch Trail landet man im Anschluss an den Bunkertrail. Er liegt oberhalb von Reschen in Südtirol (und ist nach der Etsch, dem zweitlängsten Fluss Italiens benannt, die gleich nebenan entspringt). Die Strecke führt in teils steilen, engen Kurven über anspruchsvolles Terrain und erfordert einiges an technischer Versiertheit. Von Reschen aus kann man den Trail übrigens auch über den Forstweg oberhalb des Fußballplatzes schnell für eine kleine Trainingsrunde erreichen.

Länge	Höhendifferenz	Level
1000 m	↘ 175 m	S2

## Hofratstrail

Der neue, blaue Hofratstrail zirkelt verspielt von der Bergstation der Bergkastelbahn knapp 2,2 Kilometer durch die Zirbenbäume bis zum Hofratseck, wo er in den roten (und deutlich ruppigeren) Bergkastel-Trail mündet. Mann kann allerdings auch über einen breiten Forstweg zur Talstation der Bergkastelbahn abfahren oder 10 Minuten sanft bergauf zur Stieralm treten.

Länge	Höhendifferenz	Level
2200 m	↘ 130 m	S1

## Zirnbahn

**Zirmtrail** 16

Ein wortwörtliches Highlight: Der grüne Zirmtrail startet auf 2.500 Metern und windet sich über 6 Kilometer wunderschön durch die alpine Landschaft hinab zum Bergkastel Hochplateau. Er ist nicht nur einer der leichtesten, sondern auch einer der schönsten und abwechslungsreichsten Trails in den Alpen, der Trail-Neulingen und Enduristen gleichermaßen Spaß serviert. Gespickt mit zig Wellenbahnen und Kurven, Sprung- und Steinfelder-Varianten. Deshalb ist der Zirmtrail auch die bevorzugte Aufwärm-Runde der 3-Länder-Endurofahrer. Gebaut wurde er komplett ohne Fremdmaterial und mit seinem Singletrail-Charakter fügt er sich ganz natürlich in die Landschaft ein.

Länge	Höhendifferenz	Level
6000 m	↘ 310 m	S0

## Seilbahn Haideralm

**Haider Flow Trail** 91

Das entspannte Gegenstück zum schwarzen Haideralm Trail: Während der obere Abschnitt noch einige anspruchsvolle Stellen aufweist, bietet der restliche rote Haider Flow Trail auf seinen 2,2 Kilometern (und 400 Tiefenmetern) Surf-Spaß bis nach St. Valentin – ohne eine Sekunde langweilig zu werden.

Länge	Höhendifferenz	Level
2200 m	↘ 404 m	S2

## Grein Trail

1,5 Kilometer und lediglich 250 Tiefenmeter – entsprechend flowig geht der rote Grein Trail oberhalb von Spin den Hang entlang Richtung Süden. Er ist (beileibe nicht nur) der Zubringer nach St. Valentin und zur Haideralm Bahn. Den Einstieg erreicht ihr am Ende des unteren Spin Trail.

Länge	Höhendifferenz	Level
1500 m	↘ 250 m	S2

## Unterer Spin Trail

Oben wie unten ein Spaß! Der zweite Teil des roten Spin Trails macht weiter, wo der obere Teil aufhört, und bietet einen Kilometer Fahrspaß durch den Wald auf der Südtiroler Reschen-Seite. Er stellt die Verbindung zum Grein Trail (Richtung Haideralm) oder dem Gorf Trail (Richtung Schöneben) her und endet oberhalb des Weilers Spin.

Länge	Höhendifferenz	Level
800 m	↘ 330 m	S2

## Plattweg Trail

2,3 Kilometer ist der Plattweg Trail lang und führt am Hang der Südtiroler Elferspitze über dem Reschensee Richtung Norden. Er ist extrem spaßig zu fahren, hält aber auch ein paar Tret- und Wurzelpassagen parat. An der Schneider Kreuzung mündet er in den Unteren Spin Trail. Anschließend kann man zwischen dem Grein Trail (zurück zur Haideralm) oder dem Gorf Trail (weiter nach Schöneben) wählen.

Länge	Höhendifferenz	Level
2300 m	↘ 250 m	S2

## Haideralm Trail

630 Tiefenmeter auf 3,7 saftigen Kilometern: Der schwarze Haideralm Trail ist ein Traum für Enduristen, aber lässt keine unkonzentrierte Sekunde zu. Zum Einstieg gelangt man mit der Haideralm Bergbahn am Südzipfel des Reschensees. Hier warten unter der Bahn Wurzelwerke, Steinstufen, enge Kurven im steilen Gelände und einiges mehr – eine echte Anspiel!

Länge	Höhendifferenz	Level
3700 m	↘ 628 m	S3

## Seilbahn Schöneben

**Schöneben Flow Trail** 26

Über 5 Kilometer schlingelt sich der grüne Schöneben Flow Trail von der Bergstation der Kabinenbahn Piz-Schöneben in Richtung Tal. Eine ideale Strecke für Trail-Neulinge – wobei er so verspielt und flott daherkommt, dass er wirklich jedem Spaß bietet. Mehrmals kann man zum roten Oberen Schöneben-Trail wechseln und sich somit abschnittsweise an anspruchsvollere Sektionen herantasten.

Länge	Höhendifferenz	Level
5000 m	↘ 630 m	S0

## Oberer Spin Trail

Der rote Spin Trail startet direkt an der Schöneben Bergstation und surft über 2,1 Kilometer und 195 Tiefenmeter durch die einsame Bergwelt am Dreiländereck. Immer am Hang entlang Richtung Süden blüht der Reschensee linkerhand durch die Wälder. Der Obere Spin Trail führt zur Schneider Kreuzung. Ab hier geht's entweder zurück zur Schöneben Bahn oder weiter Richtung Süden zur Haideralm.

Länge	Höhendifferenz	Level
2100 m	↘ 195 m	S2

## Gorf Trail

Der rote Gorf Trail startet seine 1,2 Kilometer oberhalb von Spin am Ende des Unteren Spin Trails. Er ist der Transfer hinunter zum Uferadweg, von wo man auf dem Radweg Richtung Norden wieder zur Schöneben Bahn und nach Reschen gelangt.

Länge	Höhendifferenz	Level
1200 m	↘ 150 m	S2

## Giern Trail

Einen knappen Kilometer ist der blaue Giern Trail lang und führt vom unteren Schöneben Trail bei der letzten Überquerung der Skipiste Richtung St. Valentin. Er ist die Verbindung mit dem Reschensee und endet am Giernhof. Von dort aus kann man auf dem Radweg nach St. Valentin fahren oder auch zurück zur Talstation Schöneben.

Länge	Höhendifferenz	Level
900 m	↘ 50 m	S1

## 3-Länder Trail

Am Fuße des Dreiländerecks startet der landschaftliche wie fahrtechnische Leckerbissen auf Südtiroler Seite nahe der Rescher Alm. Er führt weiter über eine wunderschöne Almwiesenlandschaft hinüber nach Tirol zu den malerischen Grün- und Schwarzseen (Bade-Zwischenstopp ist fast schon Pflicht). Nach 3,4 Kilometern landet man schließlich über der Grenze im Schweizer Engadin.

Länge	Höhendifferenz	Level
3400 m	↘ 246 m	S2

## Oberer Schöneben Trail

Der wahrgewordene Traum jedes Single Trail Piloten: Knapp 2 Kilometer führt der obere Teil des roten Schöneben Trails von der Bergstation der Schöneben Bahn durch lichte Wälder hinunter bis zur Überführung, der Abzweigung in Richtung 3-Länder Trail. Er schmiegt sich dabei in die Landschaft und lässt es stellenweise so richtig krachen. Ab und an warten allerdings auch anspruchsvolle Wurzelpassagen.

Länge	Höhendifferenz	Level
1900 m	↘ 312 m	S2

## Unterer Schöneben Trail

Der rote Schöneben Trail ändert seinen Charakter im unteren Teil nur unwesentlich: Auf seinen 1,5 Kilometern und 280 Tiefenmetern hält auch der zweite Abschnitt wunderschöne Querfahrten und Tiefblicke zum Reschensee parat.

Länge	Höhendifferenz	Level
1500 m	↘ 274 m	S2

## Singletrail Level Skala

S0		
<b>Fahrtechnik</b>	für Trail Einsteiger, Mountainbike Fahrtechnik Grundkenntnisse erforderlich: Grundposition, Balance, sichere Brems-technik, wenig bis keine Trailerrfahrung	
<b>Gefährlichkeit</b>	Stürze aus geringer Höhe in relativ ungefährliches Gelände möglich, keine Absturzgefahr	
<b>Hindernisse</b>	keine	
<b>Gefälle</b>	sehr flach, Durchschnitt <9%; max. 15%	
<b>Kurven</b>	lange, weite flache Kurven und Kurvenausläufe	
<b>Trailbreite</b>	min. 1m	
<b>Sprünge</b>	keine - sehr einfach überrollbar	

## S1-S2

<b>Fahrtechnik</b>	Für Trail Einsteiger und Fortgeschrittene! Fortgeschrittene Mountainbike Fahrtechnik erforderlich: gute Balance, Gewichtsverlagerung zum Überwinden von Hindernissen, Stufenfahren, sichere Kurven und Bremstechnik, evtl. Sprungtechnik, Trailerrfahrung erforderlich	
<b>Gefährlichkeit</b>	Stürze aus großer Höhe in relativ ungefährliches Gelände möglich, keine Absturzgefahr	
<b>Wegbeschaffenheit</b>	ungleichmäßige Oberfläche, griffiger Untergrund mit vereinzelt Wurzeln und Steinen	
<b>Hindernisse</b>	kleine Absätze	
<b>Gefälle</b>	Flach: Durchschnitt < 12%; max. 30%	
<b>Kurven</b>	eng, aber gut durchrollbar mit langen flachen Kurvenausläufen	
<b>Trailbreite</b>	schmal, min. 0,6m	
<b>Sprünge</b>	überrollbar, sichere Hauptlinie. Variante für Geübte möglich	

## S2-S3

<b>Fahrtechnik</b>	Für Trail Fortgeschrittene! Spezielle Mountainbike Fahrtechnik erforderlich, sehr gute Balance, Gewichtsverlagerung zum Überwinden von Hindernissen, Stufenfahren, sichere Kurven und Bremstechnik, Spitzkehren, Basis, Sprungtechnik, Trailerrfahrung erforderlich!	
<b>Gefährlichkeit</b>	Stürze aus größerer Höhe in gefährliches Sturzgelände möglich, keine Absturzgefahr	
<b>Wegbeschaffenheit</b>	Teilweise lose, schnell wechselnde Untergründe mit Wurzeln und Steinen	
<b>Hindernisse</b>	Kurz aufeinanderfolgende Absätze und Stufen	
<b>Gefälle</b>	sehr steil, Durchschnitt <20%; max. 60%	
<b>Kurven</b>	sehr enge und steile Kurven und Kurvenausläufe	
<b>Trailbreite</b>	sehr schmal; min. 0,3m	
<b>Sprünge</b>	nicht überrollbar, aber umfahbar	



© Chris Birkbeck

S3		
<b>Fahrtechnik</b>	Für Trail Experten! Exzellente Mountainbike Fahrtechnik erforderlich: exzellente Balance, Gewichtsverlagerung zum Überwinden von Hindernissen, Stufenfahren, sichere Kurven und Bremstechnik, Spitzkehrentechnik, Trailtechniken, Sprungtechnik, sehr viel Tailerrfahrung erforderlich!	
<b>Gefährlichkeit</b>	Stürze aus großer Höhe in gefährliches Sturzgelände möglich, Vorsicht Absturzgefahr, Lebensgefahr!	
<b>Wegbeschaffenheit</b>	Teilweise sehr lose, schnell wechselnde Untergründe mit Wurzelteppichen und großen Steinen	
<b>Hindernisse</b>	sehr hohe, kurz aufeinanderfolgende Absätze und Stufen, Treppen	
<b>Gefälle</b>	extrem steil, Durchschnitt < 20%, max. >70%	
<b>Kurven</b>	extrem steile und enge Kurven und Kurvenausläufe	
<b>Trailbreite</b>	extrem schmal: min. 0,2m	
<b>Sprünge</b>	nicht überrollbar, nicht umfahbar	



© Adriano Bader

## Bike-Reparatur-Säulen

- Ortszentrum Nauders
- Talstation Bergkastel
- Bergstation Bergkastel
- Stieralm Nauders
- Talstation Mutzkopf



## Ehrenkodex

- Fahre auf ausgewiesenen Singletrails und Mountainbike Strecken.
- Fahre nicht auf Feldern oder anderen Wanderwegen.
- Fahre nur auf befestigten Wegen.
- Sei rücksichtsvoll und gewähre Vortritt.
- Nimm Rücksicht auf andere Interessensgruppen (wie Wanderer, Bauern etc.).
- Gehe davon aus, dass der entgegenkommende Wanderer dich nicht sieht und verringere dein Tempo (Schrittgeschwindigkeit).
- Achte auf den Verkehr und gewähre Vortritt.
- Nimm Rücksicht auf Tiere. Schließe die Weidegatter.
- Vermeide das Blockieren des Hinterrades. Dadurch bleibt der gute Zustand der Wege über einen längeren Zeitraum erhalten.
- Vergiss nie: Dein Fahrverhalten beeinflusst die Meinung und Toleranz der Öffentlichkeit und das Handeln der Behörden von Verwaltungen gegenüber unserer Sportart.



## EVENTS

- Green Days 26.05. – 29.05.2022
- Women's Bike Camp: 09.06 – 12.06.2022
- Junior Enduro Bike Woche: 18.07 – 22.07.2022
- Father & Son Days: 05.08 – 07.08.2022
- 3-Länder Enduro Race: 26.08. – 28.08.2022

## Öffnungszeiten

<b>Nauders Bergkastelseilbahn</b> +43 5473 87427	<b>26.05. – 09.10.2022</b> Täglich durchgehend: 09.00 – 16.30 Uhr
<b>Zirnbahn Bergkastel</b>	<b>23.06. – 25.09.2022</b> Täglich durchgehend: 09.15 – 16.00 Uhr
<b>Nauders Mutzkopfesselfift</b> +43 5473 87427	Wochenendbetrieb 06.05 – 08.05.2022 13.05. – 15.05.2022 <b>Ab 20.05. – 23.10.2022</b> täglich geöffnet! Täglich durchgehend: 09.00 – 16.45 Uhr
<b>Bergbahn Schöneben</b> +39 0473 63 33 33	<b>26.05. – 09.10.2022</b> Täglich durchgehend: 09.00 – 16.30 Uhr
<b>Bergbahn Haideralm</b> +39 0473 63 33 33	<b>26.05. – 09.10.2022</b> Täglich durchgehend: 09.00 – 16.30 Uhr



© Chris Birkbeck

## 3-Länder Enduro Bike Ticket

Von 26.05. bis 23.10.2022

### 5 BERGBAHNEN

- Bergbahnen Nauders: Doppelsesselfift Mutzkopf, Gondelbahn Bergkastelbahn, Zirnbahn am Bergkastel (zu den angegebenen Öffnungszeiten)
- Bergbahn Haideralm (Gondelbahn)
- Bergbahn Schöneben (Gondelbahn)

### INKLUDIERTER BIKETRANSPORT BEI ALLEN BERGBAHNEN

- Für Inhaber des 3-Länder Enduro Bike Tickets ist der Biketransport bei allen oben genannten Bergbahnen kostenlos

Kurzfristige Änderungen aufgrund der aktuellen COVID 19 Situation vorbehalten! Aktuelle Preisauskünfte finden Sie unter [www.3-laenderendurotrails.com](http://www.3-laenderendurotrails.com)

2022



## Preise 3-Länder Enduro Bike Ticket

inkl. Biketransport	Erwachsene	Jugend (Jg. 04–07)	Kind (Jg. 08–15)
1 Tageskarte Bergkastelseilbahn, Zirnbahn, Mutzkopf, Schöneben & Haideralm	€ 41,00	€ 29,00	€ 20,50
<b>ab 14.00 Uhr</b>	€ 20,50	€ 14,50	€ 10,50
<b>Saisonkarten</b>	€ 230,00	€ 161,00	€ 115,00
<b>3 Tageskarte</b>	€ 95,00	€ 67,00	2008 und jünger frei*
<b>6 In 7 Tage</b>	€ 125,00	€ 87,00	2008 und jünger frei*

\*Kinder bis Jg. 2008 und jünger in Begleitung eines Erwachsenen der im Besitz eines 3-Länder Endurotrail Ticket ist, sind frei.



## Hütten & Almen

Gasthof Parditsch - Regnum Zegg	+43 5473 87339
Stieralm	+43 5473 87427-73
Bergresort Jocheilus	+43 5473 86261
Labaualm	+43 650 360 87 19
Piengalm	+43 650 5604919
Billys Bikelounge	+43 5473 87427 40
Sunnabar	+43 5473 87427 38
Riatschhof	+43 5473 87389
Sunnastuba Bergkastel	+43 5473 87427-64
Alpengasthof Norbertshöhe	+43 5473 87241
Mutzkopf Restaurant	+43 5473 872337
Rescher Alm	+39 351 6494644
Schöneben Bergrestaurant	+39 0473 633333
Hofschank Giernhof	+39 340 8649533
Hofschank Tenders	+39 0473 632011
Haideralm Bergrestaurant	+39 0473 633333
Hofschank Greinhof	+39 0473 634574
Melager Alm	+39 328 5383209
Berghütte Maseben	+39 0473 633106
Evi's Hittl	+39 0473 633569
Restaurant Sciuri	+39 0473 633333
Ski- und Wanderhütte Rojen	+39 335 1307442
Restaurant Zeress	+39 345 3487664
Kite_bar	+39 327 3229953
Mein Dörfel	+39 0473 362056

## Enduro-Biken ohne Grenzen

Das sind die 3-Länder Enduro Trails: Von flowig bis technisch anspruchsvoll, großteils jedoch naturbelassen und bieten alles, was das Enduroherz begehrt. Auf den miteinander verbundenen und beschilderten Enduro-Routen kann man neben viel Trailspaß nicht nur die wunderschöne Bergwelt der Region genießen, man kommt auch bei wichtigen Wahrzeichen wie dem 3-Länder Grenzstein, den Panzersperren Plamort, der Burg Nauders oder dem Reschensee mit dem historischen Kirchturm vorbei. Am Ende des Tages führt garantiert ein Trail auch wieder direkt zum eigenen Ausgangspunkt zurück.

## Die Trails

16	Zirmtrail
26	Schöneben Flow Trail
71	Plamort Trail
47	Hofratstrail
70	Unterer Family Trail
84	Riatschwegeletrail 1
87	Variante Riatschwegele
97	Giern Trail
65	3-Länder Trail
66	Green Trail
68	Kreuzmoos Trail
69	Gerry Trail
85	Bergkasteltrail
86	Almtrail
87	Riatschwegeletrail 2
91	Haider Flow Trail
92	Plattweg Trail
93	Grein Trail
94	Oberer Spin Trail
95	Unterer Spin Trail
96	Gorf Trail
98	Oberer Schöneben Trail
99	Unterer Schöneben Trail
101	Bunker Trail
102	Etsch Trail
67	Elven Trail
90	Haideralm Trail

## Die Beschilderung

1. Ausgangsschild // 2. Richtungsschild // 3. Reduziertes Richtungsschild

Tirol:

Südtirol:

## Qualitätssiegel

„Bergwelt Tirol – miteinander erleben“

Mit diesem Qualitätssiegel wird zum Ausdruck gebracht, dass die damit ausgezeichneten MTB – Routen und Singletails den Regeln und Anforderungen, die im Arbeitskreis MTB entwickelt wurden und entsprechen.

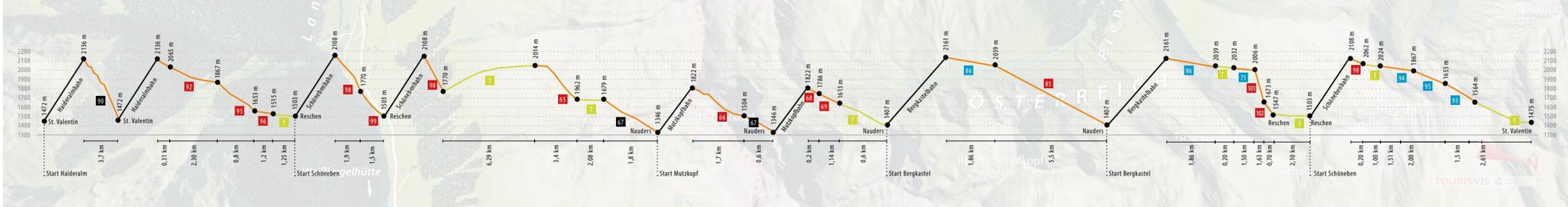
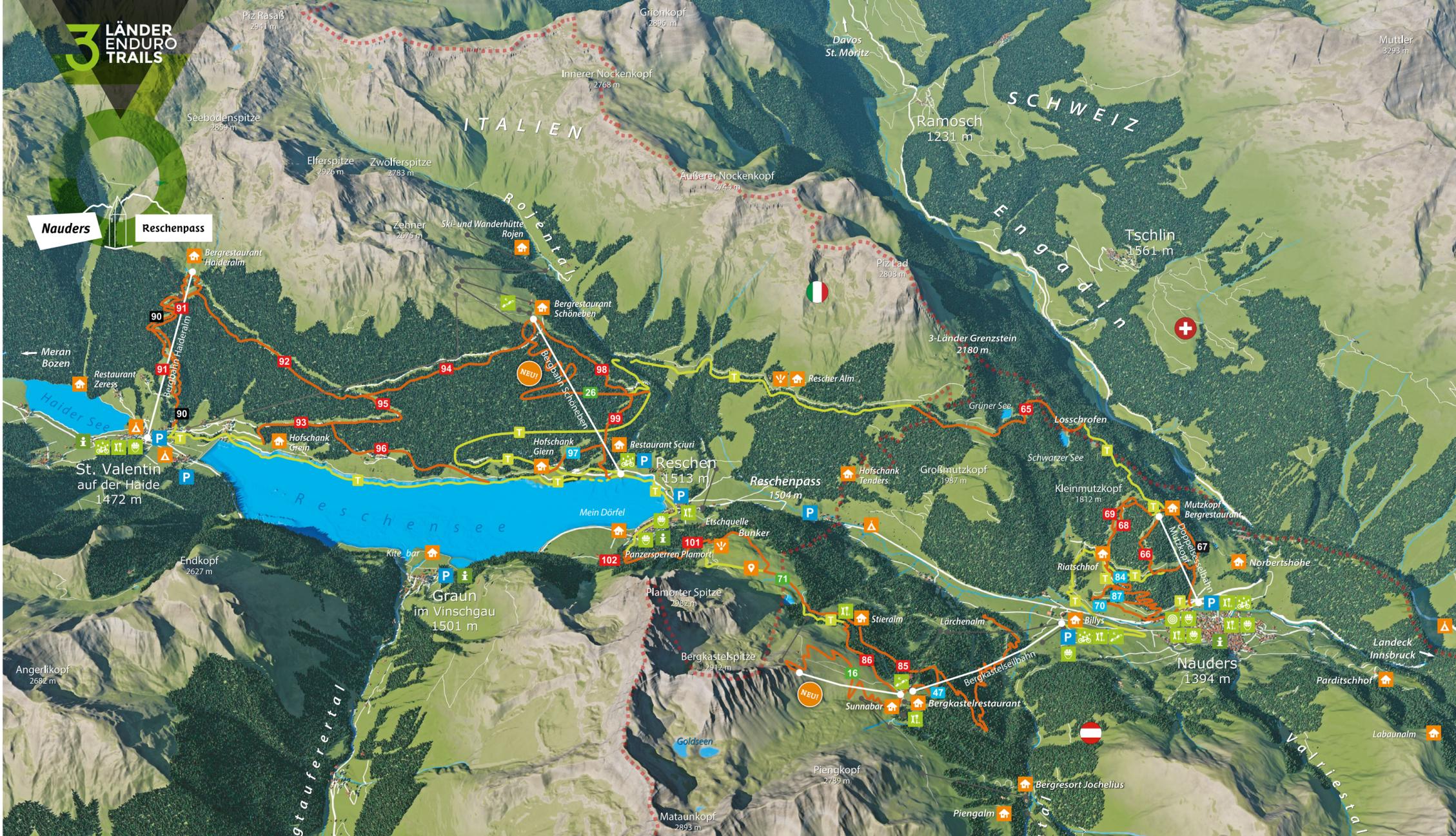


## Sportshops für Biker

- Bikesport Hutter (Sportshop und Werkstatt)**  
Reschenstraße 260, 6543 Nauders, Tel. +43 5473 87435  
[www.bikesport.co.at](http://www.bikesport.co.at)
- BIWAK Ortszentrum (Sportshop mit Bikeguides und Werkstatt)**  
Dr. Tschiggfrey Str. 32, 6543 Nauders, Tel. +43 5473 89040  
**BIWAK Seilbahncenter (Sportshop und Werkstatt)**  
Seilbahncenter 299, 6543 Nauders, Tel. +43 69918889048  
[www.biwak-nauders.at](http://www.biwak-nauders.at)
- Sport Nauders Spöttl (Sportshop)**  
Dr. Tschiggfrey – Str. 28, 6543 Nauders, Tel. +43 5473 87489  
[www.sport-nauders.at](http://www.sport-nauders.at)
- Sport Folie Intersport (Sportshop)**  
Hauptstraße 32, 39027 Reschen, Tel. +39 0473 633155  
[www.sport-folie.com](http://www.sport-folie.com)
- Sport Winkler (Sportshop)**  
Hauptstraße 24, 39027 Reschen, Tel. +39 0473 633126  
[www.sport-winkler.it](http://www.sport-winkler.it)
- Sport Tenne (Sportshop)**  
Hauptstraße 27, 39027 St. Valentin, Tel. +39 0473 634722  
[www.sporttenne.com](http://www.sporttenne.com)

## Bikewash

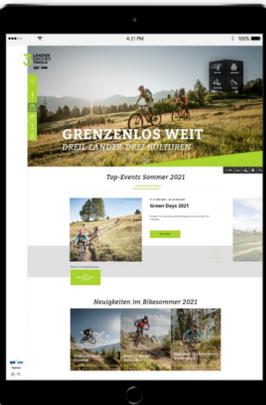
- Peak3 (Bikeschule)**  
Reschenstraße 22, 39027 Reschen, Tel. +39 349 7150462  
[www.peak3.eu](http://www.peak3.eu)
- NEU: Bikewash Talstation Bergkastel**  
Bergbahnen Nauders, Nauders 299, 6543 Nauders, Tel. +43 5473 87427
- NEU: Bikewash Talstation Mutzkopf**  
Bergbahnen Nauders, 6543 Nauders, Tel. +43 5473 87427
- NEU: Bikewash Talstation Schöneben**  
Bergbahn Schöneben, Piz, 39027 Reschen, Tel. +39 0473 633333
- NEU: Bikewash Talstation Haideralm**  
Bergbahn Haideralm, Kirchgasse 28, 39027 St. Valentin, Tel.: +39 0473 633333



## LEGENDE

- Tourismus Information
- Bikewerkstatt
- Bike-Touren-Guides
- Bike-Shop
- Bikewash
- Übungsparcour
- bewirtschaftete Hütte und Alm
- Camping
- Aussichtspunkt
- Trails
- Transferstrecken
- Staatsgrenze

## Besuchen Sie unsere neue Homepage



[www.3-laenderendurotrails.com](http://www.3-laenderendurotrails.com)

## Bergbahnen Info

**SCHÖNEBEN HAIDERALM** **Schöneben AG**  
Altdorf 39  
39027 Reschen  
+39 0473 63 33 33  
info@schoeneben.it  
[www.schoeneben.it](http://www.schoeneben.it)

**NAUDERER Bergbahnen AG**  
Gewerbegebiet 1  
A - 6543 Nauders - Tirol  
Tel.: +43 5473 87 427  
bergbahnen@nauders.com  
[www.nauders.com](http://www.nauders.com)





## TOURISMUS INFO

**Reschenpass**

Vinschgau · Val Venosta



**Ferienregion  
Reschenpass**

Hauptstraße 22

I - 39027 Reschen (BZ)

Tel. +39 0473 63 31 01

info@reschenpass.it

**Nauders**

am Reschenpass

**Erlebnisraum Nauders**

A-6543 Nauders

Dr. Tschiggfrey-Straße 66

Tel. +43(0)50/225400

office@nauders.com

[www.3-laenderendurotrails.com](http://www.3-laenderendurotrails.com)