









Das letzte Mal habe ich Maurizio inmitten des ganzen "Tschingderassa Bumm Bumm" der BIKE-Transalp getroffen. Lautsprecheransagen! Musik! In den Gassen von San Martino di Castrozza hat es vor Bikern nur so gewimmelt. Wir waren beide in die Organisation des Rennens so eingebunden, dass an eine gemeinsame Feierabendrunde nicht zu denken war. "Du musst halt im Herbst noch mal kommen, dann zeige ich Dir ein paar Trails abseits der Transalp-Strecke", hatte Maurizio zum Abschied gemeint. Und hier bin ich nun. Es ist bereits Ende September, die Bike-Saison in San Martino di Castrozza neigt sich dem Ende zu. Maurizio hat sein Hotel jetzt für ein paar Wochen zugesperrt. Neben den Renovierungsarbeiten bleiben ihm endlich ein paar Stunden Zeit, um selbst aufs Bike zu steigen. Doch nicht nur sein Haus, der ganze Ort, auf 1500 Metern Höhe an der Bergstraße zum Passo Rolle gelegen, ist in den Herbstschlaf gefallen. Fensterläden sind zugeklappt, die Straßen leergefegt. Ich habe wohl die ruhigste Zeit des Jahres erwischt, aber sicher nicht die schlechteste. Unten im Tal, in Fiera di Primiero, habe ich ein Hotelzimmer bekommen. Und biken kann man hier noch überall. Das hat die Runde, die wir gerade gedreht haben, eindrucksvoll bewiesen. Die letzten zwei Stunden ging es zum Greifen nah an den Westwänden der Pale di San Martino entlang. Unterhalb des Sass Maor, einem der markantesten Zacken

Es ist genau das, was ich sehen wollte: die andere, nicht Transalp-erprobte Seite von San Martino die Castrozza.

des Massivs und seiner Nachbarspitze, der Madonna, deren Schleierkante ihr die Umrisse einer Klosterfrau verleiht. Es ging über flowige Trails und ruppige Waldwege dahin, aber auch bissige Rampen hinauf. Genau, was ich sehen wollte: die andere, nicht Transalp-erprobte Seite von San Martino. Und nach eben dieser Essenz spuckt uns der Bergwald jetzt wieder aus. Die Sonne schickt endlich ein paar Strahlen auf die Almwiesen der Westseite. Erst jetzt, gegen Mittag, hat sie es um das Dolomitenmassiv

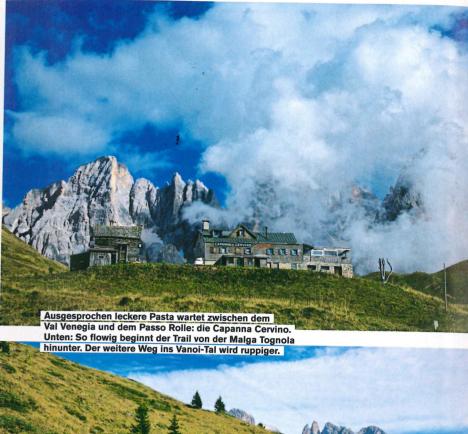
herumgeschafft. Maurizio hält an, um die Wärme in die Poren eindringen und den Blick auf San Martino di Castrozza wirken zu lassen. Zwei Stunden lang haben wir keine Menschenseele getroffen. Da waren nur der Wald, die Trails und wir. Mein Magen knurrt. "Hunger? Dann komm!" Tatsächlich findet Maurizio in all den hochgeklappten Gassen von San Martino noch eine Pizzeria, die den Holzofen eingeschürt hat.

Am Nachmittag gibt es eine kleine Zugabe. Wir steigen ins Auto und kurven den Pas-

so Rolle nördlich von San Martino hinauf. Von hier aus geht es mit den Bikes weiter zur Malga Juribello auf der anderen Seite des Passes. Ein buckeliger Teppich aus mittlerweile herbstlich angegilbten Almwiesen breitet sich vor uns aus. Darauf eine Hütte, die im Sommer bewirtschaftet wird, und ein paar Ställe. Selbst die Kühe wurden schon ins Tal getrieben. Wieder sind wir ganz allein hier oben. Maurizio zeigt auf die Waldgrenze unterhalb der Hütte:

"Da hatte Stradivari das Holz für seine





Geigen her." Gehört habe ich von dem edlen Holz "Legno di Risonanza" schon. Wobei ich jetzt ein bisschen enttäuscht bin, denn dieser Fichtenwald sieht aus wie jeder andere. Für satte Töne sorgt hier gerade nur das Farbenspiel der Natur. Ganz rechts zeigt uns die Marmolada, der mächtigste Dolomitengipfel, ihre rötliche Schulter. Hinter uns, an den Pale die San Martino, regelt die Nachmittagssonne bereits die Grauwerte herunter. Die Luft wird kälter, das Licht der Berge wärmer. Herbst eben. Unser Weg führt schließlich geradeaus durch den Wald ins Tal hinunter. Erst am Ende der Abfahrt setzt ein kurzer, ruppiger Trail ein fahrtechnisches Ausrufezeichen für diesen Tag. Eigentlich wollten wir übers Val Venegia zum

Passo Rolle zurückfahren, doch wir haben uns verquatscht und die Zeit vertrödelt. So fällt der berühmte Transalp-Abschnitt für uns heute aus. Wir rollen auf direktem Weg auf der Pass-Straße zum Auto.

Beim Abendessen wird aus der für morgen geplanten Tour ein Projekt. Große Konferenz. Giuseppe ist dazugestoßen. Er ist der Kopf der Transalp-Organisation vor Ort. Etwas abgehetzt rutscht auch Massimo de Bertolis später mit seinem Stuhl an unseren Tisch. Der Marathon-Weltmeister von 2004 und Transalp-Sieger der Masters-Kategorie ist ebenfalls im Primiero-Tal zu Hause und wie alle anderen in dieser Runde ein ausgewiesener Kenner der Region. Schon nach der Vorspeise wird die Karte auf dem Tisch

ausgebreitet. Finger wuseln über die eingezeichneten Wege. Ich mische mich nicht ein, nur einmal, als die Option "Trail oder nicht Trail?" auf den Tisch kommt, plädiere ich für den Fahrspaß, trotz eines Extrapacks an Höhenmetern. Alle nicken, die Karte wird zusammengeklappt, der Hauptgang serviert.

Der Weltmeister muss am nächsten Morgen leider passen. Dafür steht Loris, mein italienischer Partner für die Transalp-Streckenplanung, auf der Matte. Der hat gleich Walter, seinen Nachbarn aus Arco, mitgebracht. Ein Anruf hatte genügt, und die beiden haben sich auf den Weg gemacht. Maurizio verzurrt die Bikes auf dem Dach seines Jeeps. Die Expedition kann begin-

Tatsächlich findet Maurizio in den leeren Gassen noch eine Pizzeria, die den Holzofen eingeschürt hat.

nen. Es geht hinauf zur Malga Tognola, an der Panoramascheide zwischen Dolomiten und Lagorai. Da hinten noch kupferbraune Zacken, da vorne bereits graue Pyramiden – und rechts eine Hütte mit angeheizter Kaffeemaschine.

Neuland auf der anderen Seite des Passes. Zum Beispiel für die Malga Fiamena, die auf einem Aussichtsplateau über dem Vanoi-Tal thront. Hier gibt es leider keine Wirtschaft, nicht mal eine, die schon geschlossen hat.

"Normalerweise shutteln Biker mit der Gondel hoch. Der Lift endet direkt am Eingang der Downhill-Strecke – nur jetzt ist er leider schon außer Betrieb", erklärt Maurizio bei einem Espresso. Wir interessieren uns aber ohnehin nicht für die Bikepark-Strecke nach San Martino zurück, sondern für das

Neuland auf der anderen Seite des Passes. Zum Beispiel für die Malga Fiamena, die auf einem Aussichtsplateau über dem Vanoi-Tal thront. Hier gibt es leider keine Wirtschaft, nicht mal eine, die schon geschlossen hat. Dafür ein paar Holzstämme, die genügend Sitzkomfort für die mitgebrachte Brotzeit bieten. Dabei schweift der Blick ungestört über die Gipfel der Lagorai. Dann beginnt hier die Abfahrt nach Canal San Bovo mit eben diesem Trail, der gestern zur Diskussion stand. Der Einstieg ist holprig, doch dann folgt eine Spaßbahn durch den Berg-

wald, deren Flow nur durch ein paar Spitzkehren unterbrochen wird. Erst als wir im Tal wieder aus dem Wald rausschießen, merken wir, wie kühl und dunkel es schon ist. Gerade mal die Bergspitzen stehen jetzt am Nachmittag noch im Sonnenlicht.

Heute kramt Maurizio aus seiner Hotelküche, was noch da ist: Rotwein, Käse, Salami, Speck. Mit dem altbackenen Weißbrot fabrizieren wir ein Krümelmeer am Tisch. Es ist halt keine Saison mehr in San Martino. Und genau diese Stimmung ist einfach unbezahlbar.



Fünf Dinge, die man rund um San Martino nicht verpassen darf.

unter www.sanmartino.com

BIKEPARK SAN MARTINO
Der Lift auf die Malga Tognola (2200
Meter) bietet den Zugang zum Bikepark
San Martino Bike Arena. Seit 2013 bauen Locals hier an diversen Abfahrtsvarianten. Neben dem Downhill UNO gibt es inzwischen einen zweiten: den DH DUE mit großen Wallrides vor der beeindruckenden Kulisse der Pale.
Abfahrtslänge: ca. 10 Kilometer und 700 Höhenmeter. Tagesticket ab 21 Euro. Infos zum Park und dem Campo Base Bikers Village:
www.sanmartinobikearena.com

KÄSE & CO.

Die Käsestraße der

Dolomiten führt durch

das Primiero-Tal und

San Martino. Bergbauern hegen höchste

Qualitätsansprüche

an ihre Produkte. Am

besten kauft man

die regionalen Käsesorten wie Nostrano, Toséla oder Botìro in der Caseificio Sociale Comprensoriale in Mezzano (eines der schönsten mittelalterlichen Dörfer Italiens). Infos: www.caseificioprimiero.com PALA-KLETTERN
Die Pale di San Martino bieten einige der aufregendsten Klettersteige und Wander-Routen der Dolomiten. Es lohnt sich, auch mal die mit dem Bike nicht zugänglichen Ecken der Berggruppe zu erkunden. Zudem bietet das Altipiano delle Pale, ein Steinplateau auf 2700 Metern Höhe mit 50 Quadratkilometern nacktem Fels ein Naturschauspiel der ganz besonderen Art. Infos zu den Klettersteigen und zum Pala-Ronda-Trek

REGINA-LOUNGE-BAR

In der Lounge des Hotels Regina bekommt man das Gefühl, Ende des 19. Jahrhunderts auf die Rückkehr der englischen Lords von den Gipfeln der Dolomiten zu warten. Die Einrichtung ist so edel und verspielt, wie man es auch von einem Landsitz des Berg-

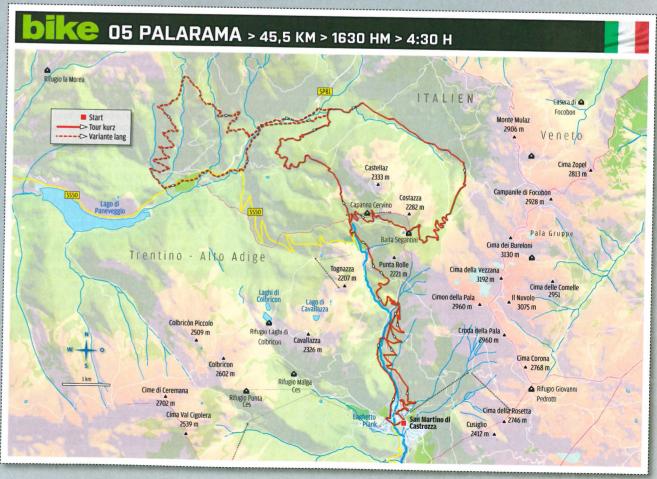
adels erwarten würde. Ein entspannter Afternoon-Tea oder ein Gin-Tonic im Regina weckt Erinnerungen an die Gründerzeit der Bergsportgemeinde. www.hregina.it

CANYONING IM VAL NOANA
In eine ganz andere Welt kann man beim Canyoning im Val Noana

In eine ganz andere Welt kann man beim Canyoning im Val Noana vordringen. Das Seitental erstreckt sich von Imer im südlichen Primiero-Tal in Richtung Osten und zeigt sich im unteren Abschnitt als enge, verschlungene und mystische Schlucht. Türkisfarbenes Quellwasser spült die angeleinten Teilnehmer hier durch skurrile Felsformationen von einer Badegumpe in die nächste. Preis pro Person: 55 Euro. Infos: www.sanmartino.com



Alle Infos zu dieser Tour auf der Rückseite.



Alle Infos zu dieser Tour auf der Rückseite.

04 VALLE DEL VANOI > 54 KM > 2212 HM > 6 H



Gabelung: rechts Waldweg bergab bis Einmündung asphaltierter Weg. Hier weiter links bergab

km	Route	
26,63	Abzweig Waldweg in Linkskehre: rechts Waldweg bergab. Bei km 26,77 Asphaltweg rechts bergab. Km 27 rechts in Pfad Ri. Caoria	
27,43	Gabelung im Wald: links, stets dem Pfad folgen bis Schottereinmündung bei km 28,05. Hier links bergab	
28,21	Abzweig nach Holzbrücke: rechts in Karrenweg, der bald in Asphall übergeht. Pfadabzweig (km 28,58): rechts Ri. Canal San Bovo	
30,37	Einmündung Hauptstraße Canal San Bovo: links Ri. Zentrum bis Abzweig nach Tankstelle. Hier links Ri. Passo Gobbera	
43,51	Lago di Calaïta: links um den See, dann Karrenweg Ri. Forcella di Calaïta (am Ende steiler Wurzelweg bis zum höchsten Punkt)	
45,85	Abzweig auf Abfahrts-Trail·rechts und 100 m tragen, dann Trail bis Einmündung Forstweg. Jetzt stets Ri. San Martino bleiben	
49,97	San Martino. Via Passo Rolle an der Kirche	

2200 Malga Tegnola 1800 San Martine di Castrezza Valsenda 1000 Canal San Bove 10 20 30 40 50

HÖHENPROFIL ■ Asphalt ■ Asphaltierter Radweg ■ Schotter ■ Waldweg ■ Trail ■ Schieben

Tour-Beschreibung

Die große Runde führt von San Martino di Castrozza auf dem Forstweg oder wahlweise mit der Kabinenbahn zur Malga Tognola hinauf. Der Sattel bildet den Übergang ins Vanoi-Tal mit seinen Seitentälern. 400 Abfahrtshöhenmeter auf einem anspruchsvollen Trail mit teils steinigen Karrenweg-Attitüden bilden gleich zu Beginn das fahrtechnische Highlight der Runde. Aus dem Valsorda, einem der Vanoi-Nebentäler, führt nun ein Forstweg 500 Höhenmeter hinauf zur Malga Fiamena, die zwar keine Wirtschaft hat, aber dennoch ein toller Platz zum Rasten vor der Kulisse des Lagorai ist. Nach kurzer Abfahrt auf Forst- und Güterwegen folgt nun eine Abfahrt auf Karrenwegen und lässigen Trails durch den Wald bis nach Canal San Bovo am Ufer des Vanoi-Baches. Der weitere Weg zum Lago di Calaita sammelt nun noch einmal gut 800 Höhenmeter auf Asphalt, und am idyllischen Seeufer wartet jetzt auch ein Ristorante mit leckerer Pasta. Vorbei am Seeufer geht's mit Blick in die Pale di San Martino schließlich auf abwechslungsreichen Waldwegen, Trails und Forststraßen zurück nach San Martino. Einkehrtipps: Malga Tognola, Ristorante Miralago am Lago di Calaita.

SCHWER

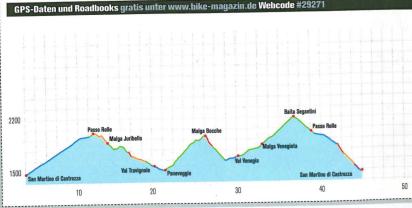
Tour-Reschreibung

Martino ab.

5 PALARAMA > 45,5 KM > 1630 HM > 4:30 H

km	Route	
START	Startpunkt: San Martino, Via Passo Rolle an der Kirche. Gerade und nach 80 m links stets Ri. Passo Rolle	
8,68	Abzweig in Kehre kurz vor Passo Rolle: rechts in Schotterweg Ri. Baita Segantini, dann nach 500 m gerade Ri. Malga Juribello	
11,11	Malga Juribello: links an Almgebäuden vorbei, dann rechts bergab bis Rastplatz. Hier scharf rechts: stets Paneveggio Tour DLB 234	
17,02	Einmündung Passo-Rolle-Passstraße: rechts bergab und gerade Ri. Predazzo, bis Abzweig rechts Ri. Malga Bocche Passo Lusia	
23,07	Einmündung nach Schranke am höchsten Punkt: rechts, Weg Ri. 623 stets Ri. Malga Bocche folgen	
24,28	Malga Bocche (Einkehr): gerade und nach 400 m den Pfadab- zweig links bergauf Ri. Paneveggio 626, bei km 25.26 Schotter	
26,94	Einmündung Asphalt nach Schranke: links bergauf Ri. Passo Valles bis Abzweig rechts ins Val Venegla	

km	Route	
36,21	Baita Segantini: gerade bergab Ri. Capanna Cervino (Einkehr), dann weiter Richtung Passo Rolle bergab	
39,09	Einmündung in Straßen nahe Passo Rolle: links am Parkplatz entlang, dann gerade bis km 42,18: rechts in Pfad neben Straße	
43,02	Einmündung Schotterweg bei Straße: scharf rechts auf Schotterweg Ri. Malga Fosse di sotto (bald gerade in Wiesenweg)	
44,50	Asphaltbeginn nach Schranke: stets gerade bergab bis Einmündung in San Martino (km 45,03)	
45,13	Kreuzung mit Via Cavallazza: links ins Ortszentrum	
45,34	Einmündung in die Via Passo Rolle bei Hotel Sass Maor: links halten Richtung Kirche	
45,52	San Martino, Via Passo Rolle an der Kirche	



ads markante berginassiv aus anen bitekwinken
zeigt. Von San Martino geht's zunächst auf der
Straße bis zum Parkplatz unterhalb des Passo
Rolle (auch mit Auto oder Bike-Taxi). Jetzt auf
Schotter über den Sattel und auf Almwiesen zur
idvllischen Malga Juribello. Nun im Wald auf spa-
Rigem Trail ins Val Venegia hinunter. Von hier aus
führt ein kupierter Waldweg bis zur Pass-Straße,
der man bis Paneveggio hinunter folgt. Hinterm
Ort wartet ein 500-Höhenmeter-Anstieg auf Forst-
wegen zur Malga Bocche hinauf. Die Alm bietet
vielleicht den schönsten Blick auf die gesamte Pa-
la-Gruppe. Ein Wurzelpfad verbreitert sich bald
zu einem holprigen Karrenweg und führt ins Val
Travignolo hinunter. Hier auf der Straße Richtung
Passo Valles bis zum Eingang ins Val Venegia. Dem
Weg nun zum Passo Rolle hinauf folgen. Auf der
anderen Seite des Passes folgt man nur kurz der
Asphaltstraße. Vor einer Leitplanke zweigt rechts

Die Panoramarunde der Pale di San Martino, die

das markante Beromassiv aus allen Blickwinkeln

Einkehrtipps: Malga Venegiota im Tal und die Baita Segantini über dem Passo Rolle.

ein toller Trail fast kerzengerade Richtung San

Kondition	
Fahrtechnik	
Landschaft	
Schwierigkeit	MITTEL

HÖHENPROFIL ■ Asphalt ■ Asphaltierter Radweg ■ Schotter ■ Waldweg ■ Trail ■ Schieben

DIE FÜNF TOP-TOUREN

San Martino, Passo Rolle, Primiero- und Vanoi-Tal: Diese fünf Touren werfen einen Blick in alle Winkel des ausgedehnten Bike-Reviers.



SASS MAOR > 15,8 KM > 628 HM > 2 H

Kurze, spannende Spritztour nahe der gewaltigen Ostflanke der Pale di San Martino. Von der Rolle-Pass-Straße biegt man rechts Richtung "Dolomiti Lagorai Bike 263" ab. Bald beginnt ein Labyrinth aus Trails (GPSI). In Ronzi geht es schließlich auf einem schmalen Waldweg zurück Richtung Civerthage. Achtung, auch die Rampen sind knackig!

UZ VAL NOANA > 38,6 KM > 1150 HM > 4 H

Erfrischend andere Exkursion durch das südliche Primiero-Tal, es ist die Hausrunde von Weltmeister Massimo de Bertolis. Von der Schlucht des Val Scheners klettern Serpentinen zur Malga Vederna hinauf. Unterhalb des Monte Pavione und der Vette Feltrine geht's über Almen und Wälder zum Lago di Noana und wieder nach Fiera di Primiero hinunter.

U3 VALLE DEL PRIMIERO > 45,7 KM > 1400 HM > 4:30 H

Die Runde ist eine ausgiebige Erkundung des gesamten Valle del Primiero. Startpunkt ist in Fiera di Primiero. Dann geht's hautnah an der Pala-Gruppe vorbei, durch dichte Tannenwälder und über sonnenbeschienene Hochalmen. Bewirtschaftete Almen trifft man unterwegs immer, und die Tour lässt sich jederzeit abkürzen.

INFOS SAN MARTINO DI CASTROZZA

Das Revier Mit ihrem südlichsten Massiv, den Pale di San Martino, ziehen die Dolomiten in Sachen Schönheit noch mal alle Register. Zu deren Füßen liegen der Passo Rolle, die Verbindung ins Fleimstal, San Martino di Castrozza und weiter unten das Primiero-Tal. Ein Seitental, das Vanoi-Tal, erstreckt sich bis in die mächtige Lagorai-Kette mit ihren grauen Bergpyramiden, die sich von den Dolomiten deutlich unterscheiden. Deshalb gehört die Tourismusregion "S.Mart" – San Martino di Castrozza, Passo Rolle, Primiero und Vanoi – auch zum größeren Verbund von Dolomiti Lagorai Bike und bildet das Bindeglied zwischen Fleimstal und Valsugana.

Anreise Komfortabler: auf der Etschtal-Autobahn vom Brenner bis Trento-Nord, dann Richtung Padova. Auf der teils vierspurigen Staatsstraße 47 durchs Valsugana bis zum Abzweig Feltre. Dann ab Fonzaso auf der SS50 ins Primiero-Tal und weiter hinauf nach San Martino. Kürzer: auf der Brenner-Autobahn bis Auer, durchs Fleimstal bis Predazzo und dann über Paneveggio und Passo Rolle nach San Martino

Karten und Touren-Infos

Kompass-Karte "Pale di San Martino, Fiera di Primiero (1:50000), 9,95 Euro, www.kompass.at Mountainbike-Touren-Karte San Martino di Castrozza – Passo Rolle – Primiero – Vanoi, erhältlich im Tourismusverband

Bike-Hotels

Hotel Paladin, Via Passo Rolle 253, San Martino, www. hotelpaladin.it, mit dem Bike-verrücktesten Chef im Ort Hotel Luis, Viale Piave 20, 38054, Fiera di Primiero, 15,8 km/628 hm
Fahrzeit 2 h
Kondition
Fahrtechnik
Panorama
Schwierigkeit
WWW.bike-magazin.de

O2 Val Noana	
38,6 km/1150 hm	
Fahrzeit 4 h	
Kondition	
Fahrtechnik	
Panorama	
Schwierigkeit	MITTEL
www.sanmartino	

	4
03 Val Premiero	
45,7 km/1400 hm	
Fahrzeit 4:30 h	
Kondition	
Fahrtechnik	
Panorama	
Schwierigkeit	MITTEL
www.sanmartino.co	om (Tour 263)

04 Valle del Va	moi
54,0 km/2212 hm	
Fahrzeit 6 h	
Kondition	
Fahrtechnik	
Panorama	
Schwierigkeit	SCHWER
www.bike-maga	zin.de

O5 Palarama	
45,5 km/1630 hm	经市界区间等的
Fahrzeit 4:30 h	The state of the s
Kondition	
Fahrtechnik	
Panorama	
Schwierigkeit	MITTEL

www.hotelluis.it. Radsportbegeisterte Chefin und leckeres Abendmenü. Adressen weiterer Dolomiti S.Mart Bike-Hotels unter www.sanmartino.com.ts Weitere Bike-Hotels: www.bike-holidays.com

Bikeshops

Sportecke, San Martino di Castrozza, www.sportecke.eu. Ciclibettega, Mezzano di Primiero, www.ciclibettega.com

Geführte Touren

Primiero Bike School, Via Guadagnini 29, 38054 Fiera di Primiero (TN) Italia, www.primierobike.com

Infos allgemein

Azienda per il Turismo San Martino di Castrozza, Via Passo Rolle 165, San Martino di Castrozza, www.sanmartino.com

Alle GPS-Daten der Touren zum Downloaden unter www.bike-magazin.de, Webcode #29271