

bænda
FERÐIR

GENGIÐ Í SUÐUR-TÍRÓL



1. – 8. september 2024
Fararstjórn: Helga Medek

Gönguferð
Ítalía | Austurríki | Þýskaland

Ferðalýsing

Hin tignarlegu **Dólómítafjöll** í norðurhluta Ítalíu eða Suður-Tíról hafa löngum verið talin með fegurstu stöðum á jörðinni. Þar eru glæsilegir tindar, tær fjallavötn og gróður allt upp í 3000 m hæð. Í **Suður Tíról** erum við stödd í miðju þeirrar fegurðar. Þar eru óteljandi gönguleiðir og hinar allra bestu aðstæður til gönguferða í 1200 – 1800 metra hæð. Lyftur og kláfar flytja göngufólk upp á hásléttur og á þægilegar gönguleiðir í **stórbrotnu landslagi** þar sem ekki er áætlað að leggja að baki nema 200 til 300 hæðarmetra daglega. Á öllum gönguleiðum er komið í fjallaskála þar sem notið er fyrirtaks veitingaþjónustu og eintaks útsýnis í leiðinni. Hér njótum við útivistar ásamt góðum ferðafélögum í stórbrotnu umhverfi. Gist er á **4 stjörnu fjölskyldureknu hóteli** í miðbæ St. Ulrich (Ortisei) sem býður upp á dásamlega heilsulind þar sem hægt er að láta líða úr sér og endurnýja orkuna í gufuböðum, sundlaug og slökunarsal. Tilgangur ferðarinnar er að **njóta útivistar** á þessu yndislega fjallasvæði og anda að sér fersku fjallalofti.

8 dagar | 7 nætur St. Ulrich



Svæðið

Blómleg beitiönd, djúpgrænir furuskógar og tignarlegir tindar Dólómítanna umlykja bæinn St. Ulrich í Suður-Tíról. Svæðið er einkar heillandi en á sama tíma róandi og endurnærandi. Ótal gönguleiðir eru á svæðinu inni á milli fjallanna um óspillta náttúru. Svæðið er ekki aðeins aðlaðandi fyrir náttúruunnendur, heldur einnig þá sem fræðast vilja um menningu og sögu svæðisins. Margar kirkjur og ótal hallir, sem og Wolkenstein kastalarústirnar, eru eitthvað sem gestir í Grödnerdalnum ættu ekki að láta fram hjá sér fara. Í St. Ulrich má finna tréútskurðameistara sem þekktir eru um heim allan fyrir listsköpun sína.

Undirbúningur

Mikilvægt er að þátttakendur séu í góðu gönguformi en besti undirbúningurinn er að ganga reglulega á fjöll. Fyrir þá sem búa á höfuðborgarsvæðinu er gott að fara t.d. upp að Steini í Esjunni vikulega í u.þ.b. 6-8 vikur fyrir ferð. Ágætis viðmið er að geta gengið upp að Steini Esjunnar og niður aftur á innan við 2 klst. og líða vel eftir gönguna. Þeir sem búa fjær velja sér sitt staðarfjall til að ganga á og sameina þar með undirbúning og útiveru. Því fylgir mikil ánægja að æfa fyrir gönguferð af þessu tagi og farþegar njóta sjálfrar ferðarinnar miklu betur ef þeir æfa og undirbúa sig vel fyrir ferðina.

Vinsamlegast athugið að ef þátttakendur hafa ekki þá getu sem nauðsynleg er fyrir göngur ferðarinnar getur fararstjórinn farið fram á að viðkomandi sleppi einhverjum



degi/dögum. Í staðinn er hægt að nýta sér aðstöðu hótelsins eða fara í léttar gönguferðir á eigin vegum.

Tillögur að dagleiðum

Farið verður í skipulagðar gönguferðir með staðarleiðsögumanni en íslenski fararstjórinn verður að sjálfsgöðu með í för. Hér á eftir eru tekin dæmi til viðmiðunar um mismunandi dagleiðir sem gætu verið á dagskránni þessa viku. Það fer þó eftir bæði veðri og aðstæðum hvert verður gengið og er það metið af fararstjóra og innlenda staðarleiðsögumanninum. Hvaða dag sem er geta farþegar valið að fara styttri leiðir á eigin vegum eða hreinlega taka það rólega á hótelinu og njóta þess sem heilsulindin og nágrennið hefur upp á að bjóða.

Seiser Alm - Saltria

Tekin verður lest að fjallaenginu Seiser Alm og þaðan gengið á góðum vegi í átt til Hótel Sonne. Hjalandi lækur verður á vegi okkar og þaðan höldum við yfir votlend engi á Gran Paluch. Áfram niður á við eftir grænum beitolöndum allt til Saltria en þar eru nokkrir veitingastaðir og tilvalið að fá sér hressingu. Síðan gengið á skógarvegum í Jender dalnum og á sveitavegum fram hjá blómlegum býlum aftur til St. Ulrich. Möguleiki að lengja gönguna og fara aðrar leiðir til baka.

- ✓ *Göngutími: u.þ.b. 3-4 klst.*
- ✓ *Lækkun: 600 m*
- ✓ *Erfiðleikastig leiðar: létt*



Brogleshütte

Við förum með kláfi upp til Raschötzer Bergstation. Við göngum í hlíðum fjallsins fyrir ofan skógarlínuna, mest yfir grösug engi allt til Brogelshütte sem er einstaklega fallegur staður. Hér hefur verið smalakofi og fjallabeit í mörg hundruð ár. Á þessari göngu er stórkostlegt útsýni yfir Dólómítafjöllin. Við getum valið að fara alla leið til baka með kláfnum eða hálfa leið og ganga svo frá Seceda sem tekur um 1 klst, eða jafnvel fara aukalega yfir Panascharte fjallaskarðið til Seceda en sú 1,5 klst ganga er krefjandi og nokkuð brött.

- ✓ *Göngutími: u.þ.b. 3- 4 klst.*
- ✓ *Hækkun: lítil, aðeins upp og niður*
- ✓ *Erfiðleikastig leiðar: létt/miðlungserfitt/erfitt*

Regensburger Hütte

Upp með kláfi til Seceda Bergstation 2.453m og gengið þaðan. Á leiðinni höfum við Geislerspitzen tindana nokkurn veginn beint af augum og á vegi okkar verður fjöldi huggulegra alpaselja og sólrík beitolönd. Píera Longia dranginn þykir merkileg sjón og eftir að hafa myndað hann í bak og fyrir höldum við að Plan Ciautier enginu. Þaðan hallar undan fæti til Regensburger Hütte. Á bakaleiðinni getum við valið um mismunandi erfiðar leiðir, allt frá 20 mín göngu að næstu stöð kláfsins eða ganga alla leið til baka sem tekur um 2,5 tíma.

- ✓ *Göngutími: u.þ.b. 3,5 klst.*
- ✓ *Hækkun: ekki mikil, 400 m niður í móti*
- ✓ *Erfiðleikastig leiðar: miðlungserfitt*



Monte Pana til Langkofelhütte

Nú er það strætó sem flytur okkur til St. Christina en þaðan tökum við stólalyftu á Monte Pana og Mont de Seura. Við göngum yfir Ciaulong heiði en síðan tekur við grýttur spölur á leið til Langkofelhütte. Við snúum aftur til Monte Pana og tökum stólalyftuna niður. Frá St. Christina er aðeins 3,5 km gangur til St. Ulrich en auðvitað er líka hægt að taka strætó.

- ✓ *Göngutími: u.þ.b. 3- 4 klst.*
- ✓ *Hækkun: ein klst upp í móti, tvær niður í móti*
- ✓ *Erfiðleikastig leiðar: miðlungserfitt*

Col Raiser – Steviahütte Þjóðgarður

Haldið verður á upphafsstað dagsins, St. Christina, með strætó og þaðan með hringlestinni til Col Raiser. Við sækjum á brattann til Regensburger Hütte. Þaðan liggur stórbrotin leið með einstakri fjallasýn yfir La-Piza fjallaskarðið að Stevia heiði en svo hallar undan fæti í bili. Frá Stevia seli förum við Sylvester Steig leiðina að Juac seli og loks yfir engin til St. Christina. Til baka með strætó eða gangandi.



- ✓ *Göngutími: u.þ.b. 5 klst.*
- ✓ *Hækkun: þó nokkur bratti*
- ✓ *Erfiðleikastig leiðar: nokkuð erfitt*

Sellastock

Við hefjum dagleiðina með strætó til Grödner Joch og göngum upp fjalladalinn Val Setus til Pisciaduseehütte í 2.587 m hæð. Frá Boéhütte fikrum við okkur eftir einstigi á Val-Tita-Kessel og því næst áfram yfir Lastie dalinn. Frá Pordoi skarði getum við valið um að fara áfram upp að Pordoi lestarstöðinni eða ganga niður að Pordoijoch. Hægt er að fara til baka á hótél með lest eða strætó.

- ✓ *Göngutími: u.þ.b. 5,5 klst.*
- ✓ *Hækkun: nokkuð mikil*
- ✓ *Erfiðleikastig leiðar: erfitt, einungis fyrir fótvíssa*

Hótelið

Hótelið Alpenhotel Rainell er 4* hlýlegt og nútímalegt hótél, sem er uppi í hlíð skammt frá miðbæ St. Ulrich í Suður-Tíról. Herbergin eru rúmgóð, öll með svölum og búin sturtu/baðkari, flatskjá, öryggishólfi, hárpurrku, míníbar og síma. Hugguleg heilsulind með sundlaug, sauna, eimbaði og innrauðum klefa er á hótelinu en þar er gott að slaka á eftir góðan göngudag. Gestir hafa aðgang að líkamsræktarsal hótelsins og legubekkir eru til reiðu í garðinum. Hótelið er staðsett á stórfenglegum stað í Dólómítunum og njóta gestir glæsilegs útsýnis frá herbergjum sínum og úr heilsulindinni. Tíu mínútna gangur er niður í miðbæ St. Ulrich, þar sem finna má helstu verslanir og þjónustu ásamt veitinga- og kaffihúsum. Á hótelinu er hægt að fá lánaða göngustafi og létta bakpoka. Ókeypis þráðlaus nettenging er á hótelinu.



Flugið

Flogið verður með Icelandair til München þann 1. september. Brottför frá Keflavík kl. 7:20 en mæting í Leifsstöð u.þ.b. 2,5 klst fyrir brottför. Lending í München kl. 13:05 að staðartíma. Frá flugvællinum í München eru um 200 km til Suður-Tíról svo gera má ráð fyrir að rútuferðin taki um 3,5 klst. Á heimleið 8. september leggjum við snemma af stað út á flugvöll en flogið verður heim kl. 14:05 frá München. Lending á Íslandi kl. 16:00 að staðartíma.

Verð

342.900 kr. á mann í tvíbýli | 39.900 kr. aukagjald fyrir einbýli.

Innifalið

- ✓ Flug með Icelandair og flugvallarskattar.
- ✓ Ferðir á milli flugvallarins í München og hótelsins í Suður-Tíról.
- ✓ Gisting í tveggja manna herbergi með baði á 4 stjörnu hóteli.
- ✓ Ríkulegt morgunverðarhlaðborð.
- ✓ Fjögurra rétta kvöldverður með salatbar.
- ✓ Aðgangur að sundlaug og öllu því sem heilsulindin hefur upp á að bjóða.
- ✓ Göngudagskrá.
- ✓ Frítt í almenningsamgöngur á svæðinu með Mobil Card sérkjarakorti frá hótelinu.
- ✓ Innlend leiðsögn í gönguferðum.
- ✓ Íslensk fararstjórn.



Ekki innifalið

- ✓ Aðgangseyrir inn á söfn, í hallir og kirkjur.
- ✓ Kláfar eða stólalyftur upp á fjöll.
- ✓ Leigubílaakstur.
- ✓ Hádegisverður.
- ✓ Mælt er með að fólk kaupi sér 6 daga kort í kláfana ca € 135.
- ✓ Þjóf fé.
- ✓ Ferða- og forfallatryggingar.

