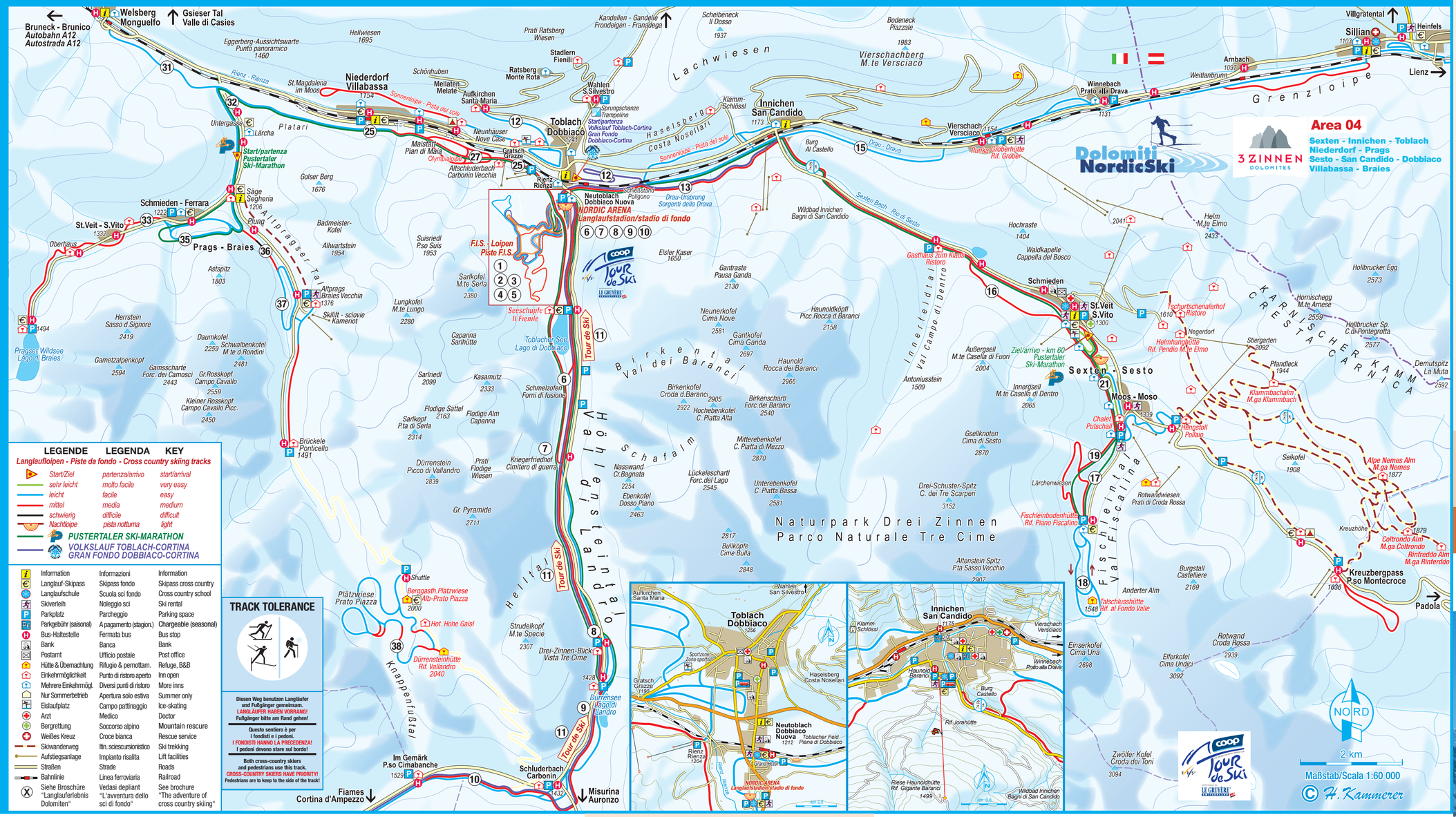


LEGENDE LEGENDA KEY

Langlaufloipen - Piste da fondo - Cross country skiing tracks

Start/Ziel	partenza/arrivo	start/arrival
sehr leicht	molto facile	very easy
leicht	facile	easy
mittel	media	medium
schwierig	difficile	difficult
Nachtloipe	pista notturna	light

PUSTERTALER SKI-MARATHON
VOLKSLAUF TOBLACH-CORTINA
GRAN FONDO DOBBIACO-CORTINA

Information	Informazioni	Information
Langlauf-Skipass	Skipass fondo	Skipass cross country
Langlaufschule	Scuola sci fondo	Cross country school
Skiverleih	Noleggio sci	Ski rental
Parkplatz	Parcheggio	Parking space
Parkgebühr (saisonal)	A pagamento (stagion.)	Chargeable (seasonal)
Bus-Haltestelle	Fermata bus	Bus stop
Bank	Banca	Bank
Postamt	Ufficio postale	Post office
Hütte & Übernachtung	Rifugio & pernottam.	Refuge, B&B
Einkehrmöglichkeit	Punto di ristoro aperto	Inn open
Mehrere Einkehrmögl.	Diversi punti di ristoro	More inns
Nur Sommerbetrieb	Apertura solo estiva	Summer only
Eislaufplatz	Campo pattinaggio	Ice-skating
Arzt	Medico	Doctor
Bergrettung	Soccorso alpino	Mountain rescure
Weißes Kreuz	Croce bianca	Rescue service
Skiwanderweg	Itin. sciescursionistico	Ski trekking
Aufstiegsanlage	Impianto risalita	Lift facilities
Straßen	Strade	Roads
Bahnlinie	Linea ferroviaria	Railroad
Siehe Broschüre "Langlauferlebnis Dolomiten"	Vedasi depliant "L'avventura dello sci di fondo"	See brochure "The adventure of cross country skiing"

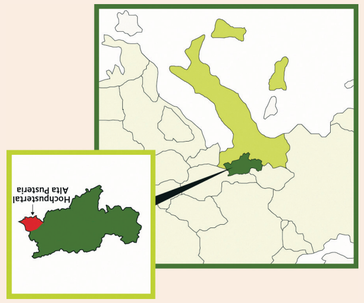
TRACK TOLERANCE

Diesen Weg benutzen Langläufer und Fußgänger gemeinsam. LANGLÄUFER HABEN VORRANG! Fußgänger bitte am Rand gehen!

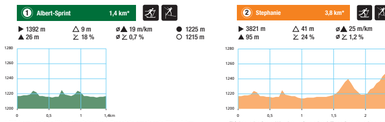
Questo sentiero è per i fondisti e i pedoni. I FONDISTI HANNO LA PRECEDENZA! I pedoni devono stare sul bordo!

Both cross-country skiers and pedestrians use this track. CROSS-COUNTRY SKIERS HAVE PRIORITY! Pedestrians are to keep to the side of the track!

© ARTINTXT - www.artintxt.bz.it
Layout | Impaginazione | Graphic design
Thielbild | Copertina | Cover picture: Weissacher



NORDIC ARENA: Höhenprofile der FIS-Loipen Toblach/Profili di dislivello dei tracciati FIS Dobbiaco/FIS-tracks altitude profiles Dobbiaco



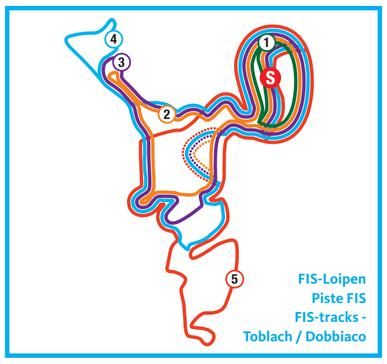
* FIS homologierte Wettkampfstrecke / *Tracciato omologato FIS*: 1,3 km

* FIS homologierte Wettkampfstrecke / *Tracciato omologato FIS*: 3,3 km

* FIS homologierte Wettkampfstrecke / *Tracciato omologato FIS*: 3,7 km

* FIS homologierte Wettkampfstrecke / *Tracciato omologato FIS*: 5 km

* FIS homologierte Wettkampfstrecke / *Tracciato omologato FIS*: 5 km



Streckenlänge (m) / Lunghezza del percorso (m) / Trail length in metres (m)	längste Steigung (m) / Pendenza continua più lunga (metri di dislivello) / Longest constant rise in vertical metres (m)
Summe zurückgelegter Höhenmeter (m) / Totale dei metri di dislivello percorsi (m) / Total vertical metres covered (m)	höchster Punkt (m) / Punto più elevato (m) / Highest point (m)
Durchschnitt zurückgelegter Höhenmeter (m/km) / Dislivello medio percorso (m/km) / Average vertical metres covered/km	niedrigster Punkt (m) / Punto più basso (m) / Lowest point (m)
Durchschnittssteigung (%) / Pendenza media (%) / Average gradient (%)	schwierig / difficile / difficult

200 Kilometer Loipen mit Schneegarantie

Langlaufen in der Langlaufregion Nr. 1 in Italien! Top-Langlaufdestination mit 200 km Loipen, Schneesicherheit und hoher Servicequalität. Im Winter ist die Dolomitenregion Drei Zinnen ein Paradies für Langläufer - von romantischen Skiwanderungen durch malerische Dolomitentäler bis zu anspruchsvollen Weltcup-Loipen und legendären Volkslangläufen. Loipen wie etwa im romantischen Fischleintal unweit der berühmten Drei Zinnen oder auf der eindrucksvollen Hochebene der Plätzwiese auf gut 2000 m Höhe, auf der Tour de Ski-Strecke im Höhlensteintal von Toblach nach Cortina, vorbei am legendären Drei Zinnen Blick, durch das Dolomiten UNESCO Welterbe mit spektakulären Dolomitengipfeln sind unvergessliche Erlebnisse. Weiters gibt es rund um die Langlaufstadion Nordic Arena in Toblach großzügige Trainingsmöglichkeiten für Nationalmannschaften auf den neuerschlossenen homologierten Fis-Loipen. Austragungsstätte weltbekannter Veranstaltungen im Langlauf wie dem Weltcup „Tour de Ski" und zwei berühmter Volkslangläufe, dem Pustertaler Ski-Marathon und dem Volkslauf Toblach - Cortina. Die Dolomitenregion Drei Zinnen bietet nordisches Wintervergnügen für jeden Geschmack und ist somit das Herzstück von Europas größtem Langlaufkarussell - Dolomiti Nordicski.

200 km di piste con neve garantita

Area n. 1 d'Italia per lo sci di fondo! Destinazione top per lo sci di fondo con 200 km di piste, neve garantita e servizio di alta qualità. In inverno la zona delle Tre Cime nelle Dolomiti è un paradiso per tutti gli appassionati del fondo - dalle romantiche escursioni sugli sci fra le suggestive valli dolomitiche agli avvincenti anelli delle gare di Coppa del Mondo fino alle leggendarie maratone di fondo. E la varietà è infinita: dalle piste della romanticissima Val Fiscalina, poco lontana dalle famose Tre Cime, agli incredibili tracciati dell'altopiano di Prato Piazza situato a ben 2000 metri di altitudine, lungo il tour del percorso scistico nella Val di Landro da Dobbiaco a Cortina, passando la impressionante vista sulle Tre Cime, attraverso le Dolomiti Patrimonio Mondiale UNESCO con le suggestive cime dolomitiche: un'esperienza unica e indimenticabile. Inoltre, ci sono generose opportunità d'allenamento per le squadre nazionali intorno al Centro sci di fondo Nordic Arena a Dobbiaco sulle nuove piste da fondo FIS omologate. Sede di importanti manifestazioni nordiche come ad esempio la Coppa del Mondo "Tour de Ski" e due importanti corse popolari, Pustertaler Ski-Marathon e Granfondo Int. Dobbiaco - Cortina. La zona delle Tre Cime nelle Dolomiti è terra di sci nordico, per tutti i gusti e per ogni ordine e grado di difficoltà e non a caso, cuore pulsante del più grande circuito di sci di fondo, il Dolomiti Nordicski.

200 km slopes with snow guaranty

Italy's number one cross country skiing destination! Top-destination for cross-country skiing with 200 km of trails, snow guaranty and high quality of service. In winter the holiday region Three Peaks in the Dolomites is a paradise for cross-country-skiers - from romantic ski tours through picturesque Dolomite valleys to challenging world cup-level slopes and legendary cross-country tracks. Slopes located e.g. in the romantic Val Fiscalina, not far from the famous Three Peaks, or on the impressive Prato Piazza high-altitude plain (2000 meters above sea-level) on the run of the ski slope through the Landro Valley from Dobbiaco to Cortina, passing the legendary View of the Three Peaks, through the Dolomites UNESCO World Heritage with its spectacular summits of the Dolomites guarantee you an unforgettable experience. Furthermore, there are generous training opportunities for national teams around the Centre for cross-country skiing Nordic Arena at Dobbiaco on the new homologated FIS Nordic tracks. Venue of leading nordic sport events such as the Worldcup "Tour de Ski" and two famous cross-country running events such as the Pustertaler Ski-Marathon and the Int. Cross Country Ski Race Dobbiaco-Cortina. The holiday region Three Peaks in the Dolomites offers nordic winter fun for everyone and every level of difficulty and is thus the heart of Europe's largest cross-country ski carousel, the Dolomiti Nordicski.

HOLIDAYPASS

Berechtigt in der Wintersaison 2018/19 zur unbegrenzten Nutzung der **Skibusse im Pustertal** und aller **öffentlichen Verkehrsmittel** (inklusive der regionalen Bahn) **in ganz Südtirol sowie bis nach Cortina** (ausgenommen Cortina Express). Sie erhalten den Fahrausweis kostenlos bei Ihrem Gastgeber, sofern dieser Mitglied im örtlichen Tourismusverein ist.

Consente nella stagione invernale 2018/19 di viaggiare senza alcun limite sugli **skibus di tutta la Val Pusteria** e su tutti gli altri mezzi di **trasporto pubblico** (compresi i treni regionali) **in tutto l'Alto Adige e fino a Cortina** (eccetto Cortina Express). Riceverà il biglietto gratuitamente dal Suo albergatore se è membro dell'associazione turistica locale.

Allows unlimited use of all **ski buses in the Pusteria/Pustertal valley** as well as of all means of **public transportation** (including regional trains) **throughout South Tyrol and to Cortina** (except Cortina Express) in winter season 2018/19. As a member of the local tourism association, your host will provide you with complimentary tickets.

NORDIC ARENA

Langlaufzentrum in Toblach mit perfekter Infrastruktur
(Langlaufschule & -verleih, Umkleidekabinen, Duschen, Gastronomie usw.).
Täglich Nachtloipe von 18.00 bis 20.00 Uhr.

Centro sci di fondo a Dobbiaco con l'infrastruttura perfetta
(scuola sci e noleggio, spogliatoi, docce, gastronomia ecc.).
Tracciato illuminato ogni giorno dalle ore 18 alle ore 20.

Center for cross-country skiing in Dobbiaco/ Toblach with perfect infrastructure
(ski-school & rental, changing rooms, showers, restaurant, etc.).
Every day illuminated trail from 6 pm until 8 pm.

www.nordicarena-toblach.it

„Langlaufparadies Dolomiten":
21 der schönsten & abwechslungsreichsten Loipen
"L'avventura dello sci da fondo": 21 tra le più belle e svariate piste di sci di fondo
"The adventure of cross country skiing": 21 of the most beautiful and varied cross-country trails

HINWEISE

› Keine offiziellen Hundeloipen.
› Wanderverbot auf Langlaufloipen.
› Bei dieser Monografie handelt es sich um eine Übersichtskarte.
› Der Erwerb des detaillierten Folders „Langlaufparadies Dolomiten" ist in jedem Tourismusverein möglich.

INDICAZIONI

› Cani non ammessi sulle piste di fondo.
› Divieto di passeggio sulle piste da sci di fondo.
› La presente pianta è una mappa generale.
› Il folder "L'avventura dello sci da fondo" può dettagliato può essere acquistato presso le associazioni turistiche.

INFORMATION

› No official dog trails.
› No hiking on cross country skiing trails.
› This sketch map gives a general outline of the area.
› The detailed folder "The adventure of cross country skiing" is available at the tourism association offices.

LANGLAUFSCHULEN | SCUOLE SCI FONDO | CROSS-COUNTRY SKI SCHOOLS

Ski- & Snowboardschule Sextner Dolomiten / scuola sci & snowboard Dolomiti di Sesto	Tel. +39 0474 710 375 Fax +39 0474 712 484	info@skischool.it www.skischool.it
Langlauflehrerin / Maestra Sci Fondo Betty Da Deppo	Tel. +39 368 936 510	info@scifondodolomiti.com www.scifondodolomiti.com
Skischule Innichen-Haunold Scuola Sci San Candido-Baranci	Tel. + Fax +39 0474 913 374	info@scuolascisancandido.com www.scuolascisancandido.com
Langlaufskischule / Scuola Sci Fondo Azzurra	Tel. +39 0474 972 970 Tel. +39 329 460 61 90 Fax +39 0474 972 468	info@azzurra-ski.com www.azzurra-ski.com
Langlaufiehrerin / Maestra Sci Fondo Lanz Iris	Tel. +39 348 321 21 10	info@lanz-active.com www.lanz-active.com

LANGLAUFVERLEIH | NOLEGGIO SCI FONDO | CROSS-COUNTRY SKI RENTAL

Sport Alpe Holzer	Tel. +39 0474 710 376	w.schoenegger@virgilio.it
Sport Mode Kiniger	Tel. +39 0474 710 433	sport.mode.kiniger@rolmail.net www.sportkiniger.com
Rent and Go Sexten-Moos Rent and Go Sesto-Moso	Tel. + 39 0474 710 319	sexten@rentandgo.it
Ski- & Snowboardschule Sextner Dolomiten / scuola sci & snowboard Dolomiti di Sesto	Tel. +39 0474 710 757	skirental@skischool.it www.skischool.it
Papin Sport	Tel. +39 0474 914 271	ski@papinsport.com www.papin.it
Trojer Martin	Tel. +39 0474 912 482	info@trojer.info www.trojer.info
Italo Sport	Tel. +39 0474 972 185	rental@italosport.com www.italosport.com
Lanz Active	Tel. +39 340 697 28 73	info@lanz-active.com www.lanz-active.com
Papin Sport	Tel. +39 0474 913 450	info@papinsport.com www.papinsport.com
Skiverleih Luis	Tel. +39 0474 749 054	info@scuola-ski-schule.com www.scuola-ski-schule.com

Sexten/Sesto · Innichen/San Candido · Toblach/Dobbiaco · Prags/Valle di Braies

Dolomitenstraße 29 Via Dolomiti
I-39034 Toblach/Dobbiaco
Tel. +39 0474 913 156 - Fax +39 0474 914 361
www.drei-zinnen.info - info@drei-zinnen.info
www.tre-cime.info - info@tre-cime.info

Drei Zinnen Marketing
Tre Cime Marketing

Dolomiti Nordicski

Europe's largest cross-country skiing area ... in the Dolomites

3 ZINNEN DOLOMITES

www.dolomitinordicski.com