

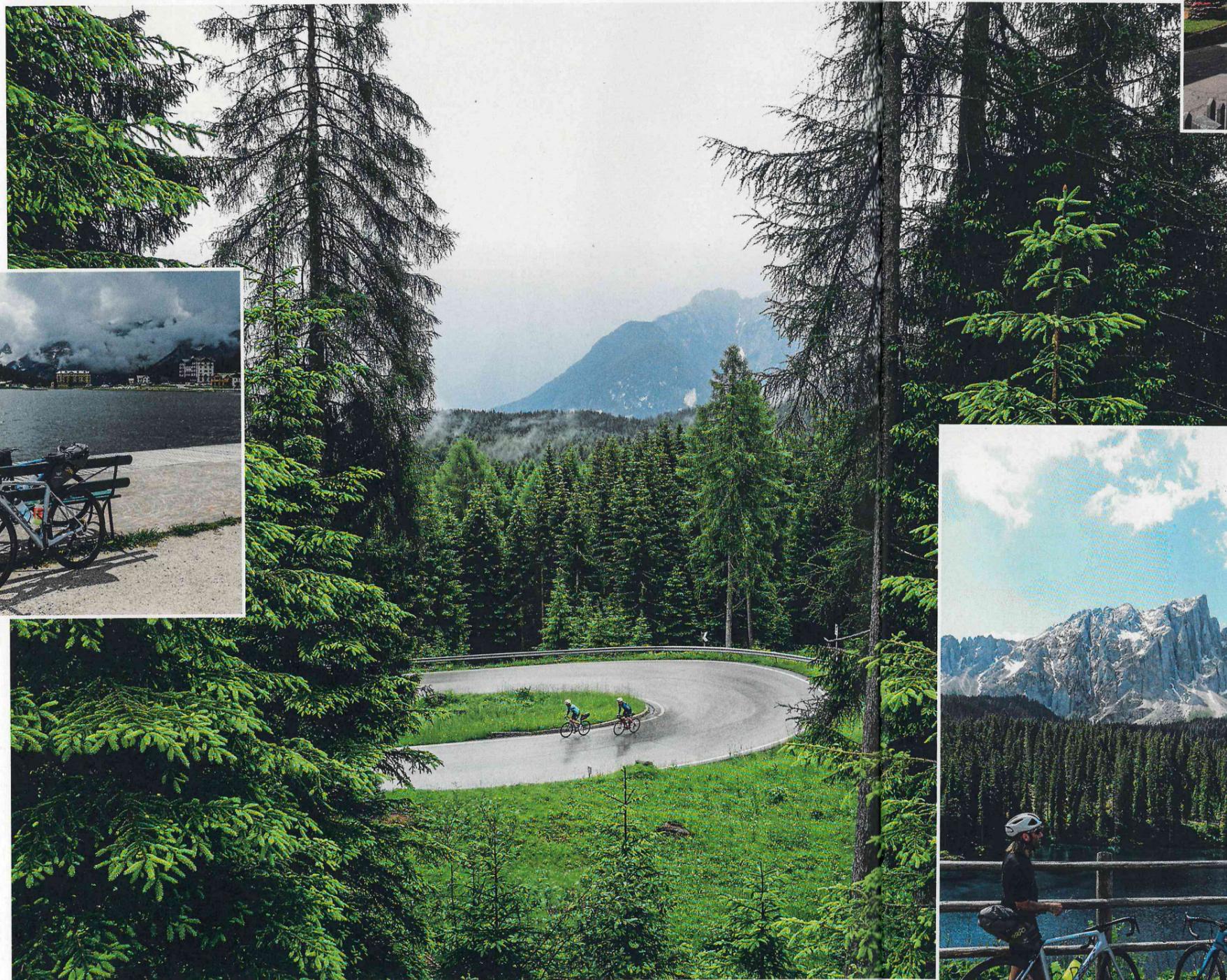


Vier Etappen, 500 Kilometer, 11000 Höhenmeter:
auf großer Bikepacking-
Tour quer durch Südtirol –
mit dem Rennrad.



Auf eigene Faust

Raus aus dem Sattel und rein ins Vergnügen: Wer die Alpen Südtirols entdecken will, sollte keine Scheu vor den Bergen haben.

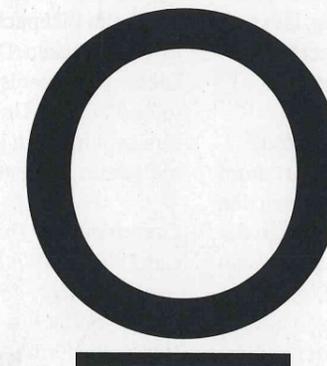


Auf alles vorbereitet

Echte Bikepacker lassen sich die Laune auch von leicht erhöhter Luftfeuchtigkeit nicht vermiesen. Zumal man in den Alpen immer mit Regen rechnen sollte. Also, Regenjacke raus und weiter geht's.



Mal klein, mal groß und mal mit Rosen drauf: Hübsche Seen gibt es auf der Runde durch Südtirol eine Menge. Zum Beispiel den Lago di Misurina (ganz links) auf der ersten Etappe oder den Karersee (unten) auf dem letzten Teilstück der Bikepacking-Tour.



TEXT | FELIX KRAKOW
FOTOS | RICHARD FEICHTER,
MARCO ROSSINI,
KLAUS IRSARA

kay, wir sagen es lieber direkt und geradeheraus: flach und gemütlich einrollen? Ist nicht bei dieser Rennradtour der etwas anderen Art. Aber wer

es lieber flach und gemütlich will, wird sich wohl auch kaum Packtaschen ans Rennrad schnallen und dann durch die Bergwelt Südtirols rauschen. Denn genau darum geht es bei diesem kleinen Abenteuer: vier Tage „Bikepacking light“ in einer echten Traumwelt. Die Idee und die Route zu der Tour kommen von Klaus Irsara. Wir haben mit dem leidenschaftlichen Radsportler und Hotelwirt des Radsporthotels Melodia del Bosco in Alta Badia gesprochen.

Klaus, erst mal vorab die Frage: Woher rührt deine radsportliche Beziehung zu den Bergen Südtirols? Ganz einfach: Ich komme von hier, ich lebe hier und ich bin von klein auf radbegeistert. Ich liebe diese Welt! Und gerade während der Pandemie habe ich einmal mehr festgestellt, wie schön meine eigene Heimat eigentlich ist. So wie es ja vielen Menschen auf der Welt erging.

Vier Tage Bikepacking durch Südtirol, und zwar mit dem Rennrad. Wie bist du auf diese Idee gekommen? Auch hier spielt die Pandemie eine Rolle. Ich wollte im Sommer 2020 einen Freund in Meran besuchen. Wir durften damals in Südtirol nicht mit dem Auto fahren. Radfahren war aber erlaubt. Also habe ich eine Bikepacking-Tasche mit dem Nötigsten gepackt, sie an mein Rennrad montiert und bin los.

Wie lange warst du unterwegs? Das waren am Ende rund 140 Kilometer mit 3000 Höhenmetern. Viel weiter wäre ich auch nicht gekommen. Aber das Erlebnis war so schön! Da kam mir der Gedanke, ein Abenteuer dieser Art auch ►



meinen Gästen anzubieten. Zurück daheim habe ich mich dann gleich an die Planung der Strecke gemacht.

Das Ergebnis der Planung: vier Etappen über insgesamt rund 500 Kilometer und 11 000 Höhenmeter. Einmal Südtirol Nord-Süd – und wieder zurück. Diese Tour bietet Klaus seinen Gästen als Tourenvorschlag. Wer mag, lädt sich die Strecke auf den Radcomputer, packt die Tasche und reitet dann auf eigene Faust los.

Erzähl ein bisschen zu dem Streckenverlauf.

Die Tour startet hier in Alta Badia, führt dann nach Toblach, am zweiten Tag weiter durch den Norden Südtirols und dann bis Kurtinig an der Weinstraße. Am dritten Tag ist nördlich von Trento der südlichste Punkt der Strecke erreicht, bevor es dann über Obereggen zurück nach Alta Badia geht. Wer mag, kann die Runde aber natürlich an jedem beliebigen Punkt der Strecke starten – und auch beenden.

Was sind deiner Meinung nach die schönsten Abschnitte auf der Tour?

Oh, das ist schwierig. Es gibt jeden Tag so viele tolle Orte und auch Momente. Aber rein von der Strecke her würde ich etwa den Passo San Antonio bei Auronzo di Cadore nennen. Der Anstieg ist eher unbekannt, aber richtig schön. Oder auf der zweiten Etappe, wenn es auf kleinen Straßen von Waidbruck über Barbian auf den Ritten geht. Das wird es aber auch mal recht steil. Genau wie am dritten Tag am Reiterjoch, dem sicherlich anspruchsvollsten Anstieg der Tour. Am vierten Tag geht es dann zum Abschluss über die Seiser Alm. Das ist mit dem grandiosen Panorama mit Sellastock, Langkofel und mehr ohnehin immer ein Highlight.

Das macht ja schon vom Zuhören Lust, klingt aber auch nach einer ordentlichen Herausforderung. Was würdest du denn sagen, an wen sich die Runde richtet?

Ja, das stimmt. Es sind schon einige Anstiege und viele Höhenmeter dabei. Wer das fahren möchte, sollte die Berge schon mögen. Und daran gewöhnt sein. Insgesamt würde ich sagen, die Tour richtet sich an erfahrene Rennradfahrer, die Südtirol in einer schönen Mischung aus Geschwindigkeit, Anspruch und Entdeckungsdrang erkunden möchten.

Die perfekte Mischung aus Reisen und Radsport – so beschreibt Klaus Irsara den Begriff

Bikepacking. Zumindest für Touren über wenige Tage geht das durchaus auch mit dem Rennrad. Die allerwichtigsten Sachen packen, Taschen ans Rad und los. Wer im Radhotel übernachtet, kann abends die Sportkleidung waschen lassen und morgens wieder anziehen. Auch Bikepacking-Taschen leiht Klaus Irsara seinen Kunden gerne.

Was sind die größten Herausforderungen auf diesem Trip?

Für mich persönlich auf jeden Fall das frühe Aufstehen. Aber das gehört beim Bikepacking ja nun mal dazu, wenn man den Tag nutzen will. Und das Packen. Die Kunst ist es, so wenig wie möglich mitzunehmen. Dieses „weniger ist mehr“ ist für viele Menschen ungewohnt, aber ein tolles Training. Und zwar nicht nur fürs Radfahren, sondern überhaupt fürs Leben. Denn je weniger Gepäck, desto leichter das Rad. Das merkt man dann spätestens an den steilen Anstiegen in den Dolomiten.

Lauern auf der Tour durch Südtirol besondere Gefahren?

Ganz ehrlich: Wir bewegen uns hier nie weit weg vom nächsten Ort. Es ist also etwa nie ein Problem, etwas zu essen oder zu trinken zu bekommen. Wer die Runde in Angriff nimmt, sollte sich nur der sportlichen Herausforderung bewusst sein. Und man muss natürlich für das Wetter gerüstet sein. Im Sommer kann es stellenweise sehr heiß sein. Andererseits musst du in den Alpen auch immer mit Regen rechnen.

Hast du selbst schon Pläne für deine nächste Bikepacking-Tour?

Es gibt noch viele Ecken zu erkunden, auch in der eigenen Heimat. Im vergangenen November waren wir zum Beispiel in Griechenland in Peloponnes unterwegs. Das war auch richtig schön!



TIPPS

★ Badehose einpacken

Sie nimmt kaum Platz weg und darf bei keiner Bikepacking-Tour fehlen. Speziell in Südtirol.

★ Leihgabe

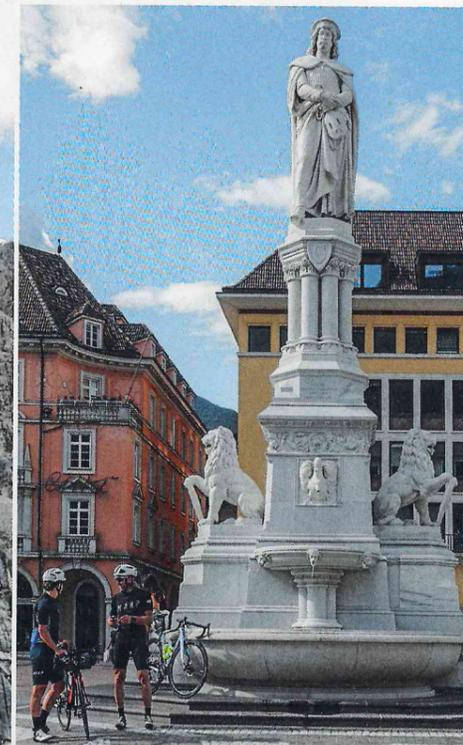
Taschen und Rennrad können bei Klaus Irsara im Hotel geliehen werden.

★ Espresso-Stopp

In Belluno lohnt die Pause, wenn es kurz durchs „echte“ Italien geht.



Viel Abwechslung bietet die 500 Kilometer lange Tour durch Südtirol. Neben ordentlichem Höhenmetersammeln darf zwischendurch auch mal auf flachen Abschnitten „geballert“ werden. Aber meist geht es zwischen Torbole und Trento doch entweder hoch oder runter.



Im Bilderbuchland

Keine Frage: Die Dolomiten sind ein ziemlich anspruchsvolles Revier für Rennradfahrer. Aber eben auch ein wunderschönes. Immer wieder verzaubern grandiose Aussichten und imposante Bergformationen die Sinne.

MIT SACK UND PACK DURCH SÜDTIROL

Diese Bikepacking-Tour in vier Akten bietet alles, wovon Rennradfahrer träumen können. Zumindest wenn sie die Berge lieben. Denn davon gibt es auf der 500 Kilometer langen Strecke mit mehr als 11000 Höhenmetern jede Menge.



→ 120 km ↗ 2800 Hm



Start zum Bergfest

Einrollen ist nicht: Vom Start weg geht es gleich bergauf. Insgesamt führt die 1. Etappe über vier stattliche Anstiege, darunter der Valparolapass und der Passo di Sant'Antonio. Ein Highlight: die ewig lange Abfahrt vom Misurinasee bis Auronzo di Cadore.

Route: Alta Badia – Valparola – Cortina d'Ampezzo – Misurinasee – Auronzo d. C. – Passo Sant'Antonio – Kreuzbergpass – Toblach



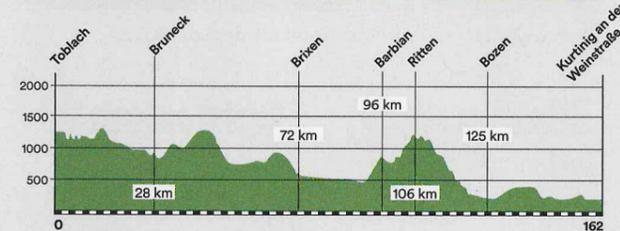
→ 162 km ↗ 2400 Hm



Auf die Weinstraße

Das längste Teilstück der Bikepacking-Tour führt nicht ganz so hoch hinaus. Dennoch bietet es einige weniger lange, aber durchaus anspruchsvolle und in jedem Fall sehr schöne Anstiege. So wie die Kehren hinauf nach Barbisan und weiter auf den Ritten.

Route: Toblach – Bruneck – Brixen – Klausen – Barbisan – Ritten – Bozen – Kalterer See – Kurtinig an der Weinstraße



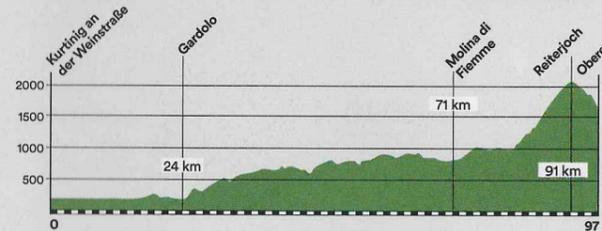
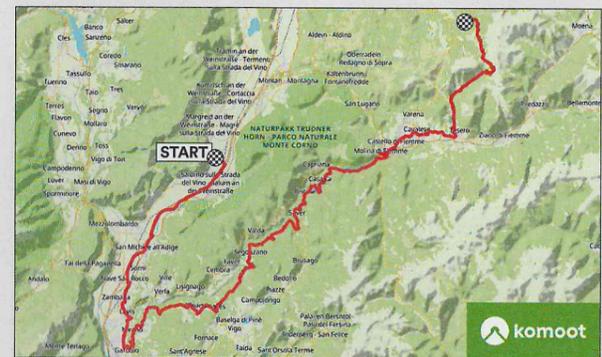
→ 97 km ↗ 2600 Hm



Aufs Reiterjoch

Kurz, aber oho! Die dritte Etappe führt erst entlang der Weinstraße und dann lange flach durchs Fleimstal. Doch dann wartet zum krönenden Abschluss der härteste Anstieg der gesamten Rundfahrt: das im Schnitt fast zehn Prozent steile Reiterjoch.

Route: Kurtinig a. d. W. – Gardolo – Fleimstal – Segonzano – Molina d. F. – Cavalese – Tesero – Reiterjoch – Obereggen



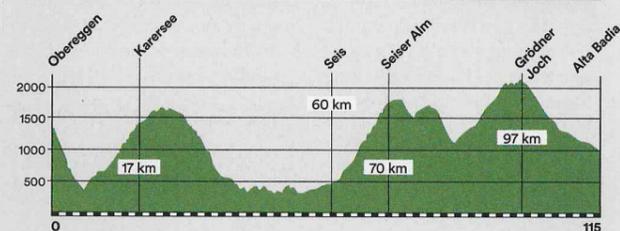
→ 115 km ↗ 3300 Hm



Dolomiten-Finale

Zum großen Finale geht es durch die spektakuläre Bergwelt der Dolomiten. Inklusiv Bergfest am Grödner Joch. Da die Originalstrecke aktuell gesperrt ist, gibt es diese Alternative mit ein paar feinen, auch mit dem Rennrad gut fahrbaren Schotterkilometern.

Route: Obereggen – Welschnofen – Karersee – Karerpass – Seis – Seiser Alm – Wolkenstein – Grödner Joch – Alta Badia



■ Leicht ■ Mittel ■ Schwer



Nachfahren jetzt mit GPS-Daten

Der QR-Code oder der Link unten zeigt dir den richtigen Weg.
roadbike.de/reise0523





Start und Ziel der Tour: Das Hotel Melodia del Bosco.

Erleben

Dolomites Bike Day

Autofrei über die Berge der Dolomiten. Am 24. Juni 2023 darf die Runde über die drei Pässe Campolongo, Falzarego und Valparola nur mit dem Rad befahren werden. Und zwar ohne Zeitnahme, ohne Anmeldung, ohne Teilnahmegebühr und ohne Rennstress. Ganz einfach: jeder in seinem Tempo und mit dem Untersatz seiner Wahl, egal ob Rennrad, Tourenrad oder E-Bike.
dolomitesbikeday.it

Giro delle Dolomiti

Stilfser Joch, Sella Ronda, Fedaiä: Vom 24.–28. Juli 2023 lockt die 46. Ausgabe des Jedermann-Events mit grandiosem Kurs. Jede der fünf Etappen hat gezeitete Segmente. Besonderheit: Start- und Zielort ist immer Bozen. Nur für die Etappe aufs Stilfser Joch gibt es einen Bustransfer.
girodolomiti.com

La Pedalata

In wahlweise drei oder fünf Etappen von Alta Badia nach Bormio und zurück: Vom 28. Mai bis zum 2. Juni bietet Klaus Irsara diese geführte Rennrad-Bikepacking-Tour an. Es geht über sieben Pässe, darunter Stilfser Joch und Gaviapass.
roadbike.melodiadelbosco.it

Entdecken

Fakten

Die in großen Teilen deutschsprachige Region Südtirol liegt ganz im Norden Italiens an den Grenzen zu Österreich und der Schweiz. Erreichbarkeit, Sprache, Berge und das milde Klima machen Südtirol zu einem erstklassigen Reiseziel – nicht nur für Rennradfahrer.

Beste Rennradzeit

Aufgrund ihrer langen Tage empfiehlt Klaus Irsara für den Bikepacking-Trip die Monate Juni und Juli, mit Abstrichen auch den September. Im Urlaubsmonat August sollten Radsporthler die Region meiden.

Anreise

Bahn: Ab Frankfurt über München und Innsbruck bis Franzensfeste, per Bus weiter bis Alta Badia. Reisezeit 8:30 h ab Frankfurt und 5:00 h ab München. Interessante Option ist der Nachtzug nach Innsbruck.
Auto: Die Fahrzeit für die rund 700 Kilometer ab Frankfurt beträgt etwa 8:00 h, ab München sind es etwa 4:00 h für 300 Kilometer. Es fallen Mautgebühren an.

Unterkunft

Alta Badia: Melodia del Bosco
Das von der Familie Irsara geführte Radsporthotel bietet

alles, was sich Rennradfahrer wünschen: Werkstatt, Wäscheservice, tolle Küche und komfortable Zimmer.
melodiadelbosco.it

Toblach: Hotel Union

Im Pustertal im Norden Südtirols liegt das komfortable Fahrrad-Hotel. Durch die Nähe zum Bahnhof bietet es sich auch als Ausgangspunkt dieser Bikepacking-Rundreise an.
hotelunion.it

Kurtinig: Hotel Teutschhaus

An der Südtiroler Weinstraße gelegen, ist das geschichtsträchtige Hotel die ideale Basis für Fahrradabenteuer. Und perfektes Tagesziel für diese Bikepacking-Tour.
teutschhaus.it

Obereggen: Hotel Maria

Im Rennrad-Paradies Dolomiten bietet der radsportbegeisterte Hotelchef Christoph Kofler Radsporthlern alle erdenklichen Annehmlichkeiten – sogar einen Rückholservice bei Defekten.
hotel-maria.it

Essen und Trinken

Pasticceria Alverà
Perfekter Stopp für „Cappuccino e Brioche“ in Cortina d'Ampezzo.
pasticceriaalvera.com

Raststätte Lanz

Von außen eher unscheinbar, lockt die direkt am Radweg gelegene Raststätte mit Ambiente und leckeren Sandwiches.
lanz-suedtirol.it

Pasticceria Dolce Fiemme

In Cavalese wartet die letzte Stärkung vor dem harten und steilen Anstieg aufs Reiterjoch.
pasticceriadolcefemme.it

Rauchhütte

Auf der Seiser Alm gibt es leckere, regionale Gerichte – mit grandioser Aussicht!
rauchhuette.com

Mehr Rennradurlaub

Roadbike Holidays
Der Verband versteht sich als Urlaubsfinder für Rennrad-Genuss und Gravel-Abenteurer.
roadbike-holidays.com

BIKEPACKING-PACKLISTE

Weniger ist mehr! Klaus Irsara empfiehlt, so wenig Ballast wie möglich mitzuschleppen. Hier kommt seine persönliche Packliste für die Bikepacking-Tour:

- ✓ 1 Kit am Körper, lasse ich abends waschen
- ✓ leicht wärmende Regenjacke
- ✓ Arm- und Beinlinge
- ✓ Mütze/Multifunktionsstuch
- ✓ Licht
- ✓ Ladekabel
- ✓ Brieftasche (Geld, Kreditkarte, Ausweis)
- ✓ Sonnencreme
- ✓ Mini-Tool
- ✓ Pumpe
- ✓ Ersatzschlauch
- ✓ Riegel
- ✓ Badehose
- ✓ Abends: kurze Hose
- ✓ Merino-T-Shirt
- ✓ dünne Jacke
- ✓ zweites Paar Socken
- ✓ Hotelschlappen



DEIN WEG INS ABENTEUER

FINDE, PLANE UND TEILE DEINE ABENTEUER MIT KOMOOT.

