

## DIE TRAILS



### BIKER RULES

- Fahre stets mit kontrollierter Geschwindigkeit und auf halbe Sicht, besonders bei Kurven, da jederzeit mit Hindernissen zu rechnen ist (z.B. Steine, Äste, zwischengelagertes Holz, Weidevieh, Weideroste, Schranken, Traktor-Förstmaschinen, Fahrzeuge von Berechtigten)!
- Nimm Rücksicht auf Wanderer und Fußgänger und überhole nur im Sichttempo!
- Nimm Rücksicht auf den Schwierigkeitsgrad der Strecke und schätze deine Erfahrungen und dein Können als Biker genau ein! Schließe deine Kopf durch einen Helm und kontrolliere die Ausrüstung vor Antritt jeder Biketour (Bremsen, Klingel, Licht)!
- Halte dich an Absperrungen und akzeptiere, dass dieser Weg primär der land- und forstwirtschaftlichen Nutzung dient! Schließe die Weidegatter!
- Nimm Rücksicht auf Natur und Wild, verlasse die gekennzeichnete Route nicht, verzichte auf das Fahren abseits der geöffneten Wege und beende deine Biketour vor der Dämmerung. Hinterlasse keine Abfälle!



Reschenpass  
In der Kulturregion Vinschgau  
www.reschenpass.it

## DOPPELSESELBAHN MUTZKOPF

Family Trail	70
Riatschwegele	84
Trail 1   Trail 2   Variante	87
Der Family Trail ist ideal geeignet für Einsteiger und MTB Ausflüge mit Kindern. Er führt vom Riatschhof auf einfach zu befahrenden Wegen zurück zur Talstation Mutzkopf Bahn.	87
Länge	1500 m
Höhendifferenz	± 150 m
Level	S1
Green Trail	66
Das Highlight am Mutzkopf: der Green Trail. Er startet am höchsten Punkt und lässt auf den 1700 Metern Strecke nichts unversucht, euch ein fettes Grinsen ins Gesicht zu zaubern. Der Green Trail mündet in den unteren Teil des Elven Trails.	
Länge	1500 m
Höhendifferenz	± 350 m
Level	S2

Kreuzmoos Trail	68
Der Kreuzmoos Trail erschließt den Bereich südlich des Mutzkopf. Ein Single trail der den Mutzkopf von seiner besten Seite zeigt und zudem als Zubringer für den Gerry Trail fungiert.	
Länge	1500 m
Höhendifferenz	± 200 m
Level	S2
Elven Trail	67
Startpunkt dieses durchwegs abwärts fahrenden Trails ist das Bergrestaurant etwas unterhalb der Bergstation. Mit der teilweise recht direkteren Linienwahl zählt der Elven Trail zu den längeren Abfahrten am Mutzkopf und er reicht bis unmittelbar unter die Talstation. Mit der Bahn hoch, und gleich noch mal!	
Länge	1800 m
Höhendifferenz	± 450 m
Level	S3
Gerry Trail	69
Der Gerry Trail lässt die Herzen der versierten Biker höher schlagen. Verspielt schlängelt er sich talwärts und wartet mit so mancher fahrttechnischen Herausforderung auf Dich! Aber keine Angst: jede Stelle kann einfach umfahren werden und der untere teil ist deutlich entspannter zu bewältigen.	
Länge	1200 m
Höhendifferenz	± 150 m
Level	S2

SINGLETRAIL LEVEL SKALA	
<b>S0</b>	<b>S2</b>
Wegebeschaffenheit	Fester und griffiger Untergrund
Hindernisse	Keine Hindernisse
Gefälle	leicht bis mäßig bis < 40%
Kurven	Weit bis eher eng, aber einfach fahrbar
Fahrtechnik	Keine, bzw. teilweise fahrttechnische Grundkenntnisse nötig. Hindernisse sollten noch überrollt werden
<b>S1</b>	<b>S3</b>
Wegebeschaffenheit	Loser Untergrund möglich, kleine Wurzeln und Steine
Hindernisse	Kleine Hindernisse, Wasserrinnen, Erosionschäden
Gefälle	< 40 %
Kurven	Engere Kurven, jedoch noch gut befahrbar
Fahrtechnik	Grundkenntnisse in Fahrtechnik nötig, Hindernisse können jedoch noch überrollt werden
Wegebeschaffenheit	verbrockt, große Wurzeln/Felsen, rutschiger Untergrund
Hindernisse	Hohe Absätze
Gefälle	< 70 %
Kurven	enge Spitzkehren
Fahrtechnik	Sehr gute Bike-Beherrschung nötig

## SEILBAHN BERGKASTEL

Riatschwegele	84
Trail 1   Trail 2   Variante	87
Der Riatschwegele Trail 1 führt am Ende des Kreuzmoos Trails weiter in Richtung Mutzkopf Talstation. Mann kommt direkt am Riatschhof vorbei und kann von dort aus weiter über den Riatschwegele Trail 2 zur Talstation Mutzkopf fahren.	87
Länge	1500 m
Höhendifferenz	± 150 m
Level	S1
Green Trail	66
Das Highlight am Mutzkopf: der Green Trail. Er startet am höchsten Punkt und lässt auf den 1700 Metern Strecke nichts unversucht, euch ein fettes Grinsen ins Gesicht zu zaubern. Der Green Trail mündet in den unteren Teil des Elven Trails.	
Länge	1500 m
Höhendifferenz	± 350 m
Level	S2

Elven Trail	67
Startpunkt dieses durchwegs abwärts fahrenden Trails ist das Bergrestaurant etwas unterhalb der Bergstation. Mit der teilweise recht direkteren Linienwahl zählt der Elven Trail zu den längeren Abfahrten am Mutzkopf und er reicht bis unmittelbar unter die Talstation. Mit der Bahn hoch, und gleich noch mal!	
Länge	1800 m
Höhendifferenz	± 450 m
Level	S3
Bergkasteltrail	85
Der Bergkasteltrail führt von der Stieralm talwärts bis zur Einmündung des Radwegs. Der Trail ist naturbelassen und hat teilweise kurze Tretpassagen.	
Länge	5500 m
Höhendifferenz	± 716 m
Level	S2
Bunker Trail	101
Ausgangspunkt dieses Trails ist die historische Bunker Anlage hoch über dem Reschensee. Wer Zeit findet sollte hier unbedingt ein Foto mit dem Reschensee im Hintergrund machen. Der Bunker Trail ist die Hauptverbindung Richtung Süden und bringt die Biker zum Einstieg des Etsch Trails der weiter nach Reschen führt.	
Länge	1210 m
Höhendifferenz	± 330 m
Level	S2

Etsch Trail	102
Der Trail ist gleich oberhalb von Reschen zu erreichen und ist nach dem gleichnamigen Fluss in Italien benannt, welcher gleich nebenan entspringt. Er ist die Fortsetzung des Bunker Trails und führt unter ins Dorf Reschen und an den Reschensee. Der leichte und flowige Trail macht Lust auf mehr.	
Länge	997 m
Höhendifferenz	± 175 m
Level	S2
Plattweg Trail	92
Mit dem Plattweg Trail liegt ein unvergesslicher Single Trail der 3-Länder Enduro Region vor euch. Er entführt die Biker in die einsame Südtiroler Bergwelt, bietet Tiefblicke auf den Reschensee und bringt euch – ganz nebenbei – Richtung Norden. An der Schneider Kreuzung mündet er in den unteren Spin Trail und anschließend kann man zwischen Grein Trail (zurück zur Haideralm) oder Gorf Trail (weiter nach Schönenben) wählen.	
Länge	1210 m
Höhendifferenz	± 273 m
Level	S2

Haideralm Trail	90
Hier zeigen die 3-Länder Enduro Trails so richtig was in ihnen steckt. Der Haideralm Trail gilt als anspruchsvollster Trail in der Runde. Er führt unter der Bahn zum Parkplatz Haideralm. Mit dem nötigen Quäntchen Fahrkönnen ist der Haideralm Trail ein echte Ansage!	
Länge	3810 m
Höhendifferenz	± 628 m
Level	S3

SEILBAHN HAIDERALM	91
Haider Flow Trail	91
Der Plamort Trail ist ein echter Klassiker. Weit oben führt er über das malerische und namensgebende Hochplateau Plamort vorbei an den berühmten Panzersperren. Der Plamort Trail führt dabei über die Grenze Österreich-Italien und endet an der historischen Bunkeranlage.	
Länge	2500 m
Höhendifferenz	± 30 m
Level	S1
Grein Trail	93
Auch dieser Single Trail hat es in sich. Er startet oberhalb von Spin und stellt einen attraktiven Zubringer nach St. Valentín und zur Haideralm Bahn dar und wird euch den Hang entlang immer weiter Richtung Süden begleiten. Erreicht wird	
Länge	1000 m
Höhendifferenz	± 200 m
Level	S1
Unterer Spin Trail	95
Der untere Teil des Spin Trails ähnelt dem oberen Teil. Er stellt die Verbindung zum Grein Trail (Richtung Haideralm) oder zum Gorf Trail (Richtung Schönenben) her. Er ist aber aufgrund des atemberaubenden Ambientes weit mehr, als eine zweckmäßige Verbindung. Der Spin Trail endet oberhalb des Weilers Spin.	
Länge	2000 m
Höhendifferenz	± 330 m
Level	S1
Gorf Trail	96
Auch dieser Single Trail ist die einsame Bergwelt am 3-Länder Eck und führt den Hang entlang Richtung Süden. Der Reschensee blitzt zu eurer Linken immer wieder durch die Wälder und schlagartig ist euch klar: hier bin ich richtig! Der Obere Spin Trail führt euch zur Schneider Kreuzung. Ab hier geht's entweder zurück zur Schönenben Bahn oder weiter Richtung Süden zur Haideralm.	
Länge	2100 m
Höhendifferenz	± 195 m
Level	S1

Oberer Spin Trail	94
Der zweite Trail der Haideralm, der Haider Flow Trail, ist ein flowiger Trail von der Haideralm runter nach St. Valentín, der weitgehend auf der Skibahn verläuft. Da er aber auch Waldpassagen mitbezieht, handelt es sich um einen abwechslungsreichen Trail für Jedermann/Frau.	
Länge	2202 m
Höhendifferenz	± 404 m
Level	S1
3-Länder Trail	65
Der 3-Länder Trail ist der Klassiker unter den 3-Länder Enduro Trails. Startpunkt dieses landschaftlichen und fahrttechnischen Leckerbissen ist Italien. Weiter geht es durch Österreich, vorbei an malerischen Bergseen bis wir uns schließlich in der Schweiz wiederfinden.	
Länge	3400 m
Höhendifferenz	± 246 m
Level	S2

Unterer Spin Trail	95
Der untere Teil des Spin Trails ähnelt dem oberen Teil. Er stellt die Verbindung zum Grein Trail (Richtung Haideralm) oder zum Gorf Trail (Richtung Schönenben) her. Er ist aber aufgrund des atemberaubenden Ambientes weit mehr, als eine zweckmäßige Verbindung. Der Spin Trail endet oberhalb des Weilers Spin.	
Länge	1500 m
Höhendifferenz	± 250 m
Level	S1
Gorf Trail	96
Auch dieser Single Trail ist die einsame Bergwelt am 3-Länder Eck und führt den Hang entlang Richtung Süden. Der Reschensee blitzt zu eurer Linken immer wieder durch die Wälder und schlagartig ist euch klar: hier bin ich richtig! Der Obere Spin Trail führt euch zur Schneider Kreuzung. Ab hier geht's entweder zurück zur Schönenben Bahn oder weiter Richtung Süden zur Haideralm.	
Länge	950 m
Höhendifferenz	± 150 m
Level	S1

Unterer Schönenben Trail	99
Auf dem Untereren Schönenben Trail führt bei der letzten Überquerung der Skipiste ein Trail Richtung St. Valentín und Gorf. Der Gorf Trail ist die Verbindung mit dem Reschensee und endet am Hofschank Gorf. Von dort aus kann man auf dem Radweg nach St. Valentín fahren.	
Länge	1520 m
Höhendifferenz	



## ENDURO-BIKEN OHNE GRENZEN

Das sind die 3-Länder Enduro Trails powered by Alutech: 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, der Burg Nauders oder dem Reschensee mit dem markanten Kirchturm vorbei. Und am Ende des Tages führt garantiert ein Trail auch wieder direkt zum eigenen Ausgangspunkt zurück.

## DIE BESCHILDERUNG

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

Tirol:



Südtirol:



## QUALITÄTSSIEGEL

„Bergwelt Tirol – miteinander leben“



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

## NOTDIENSTE

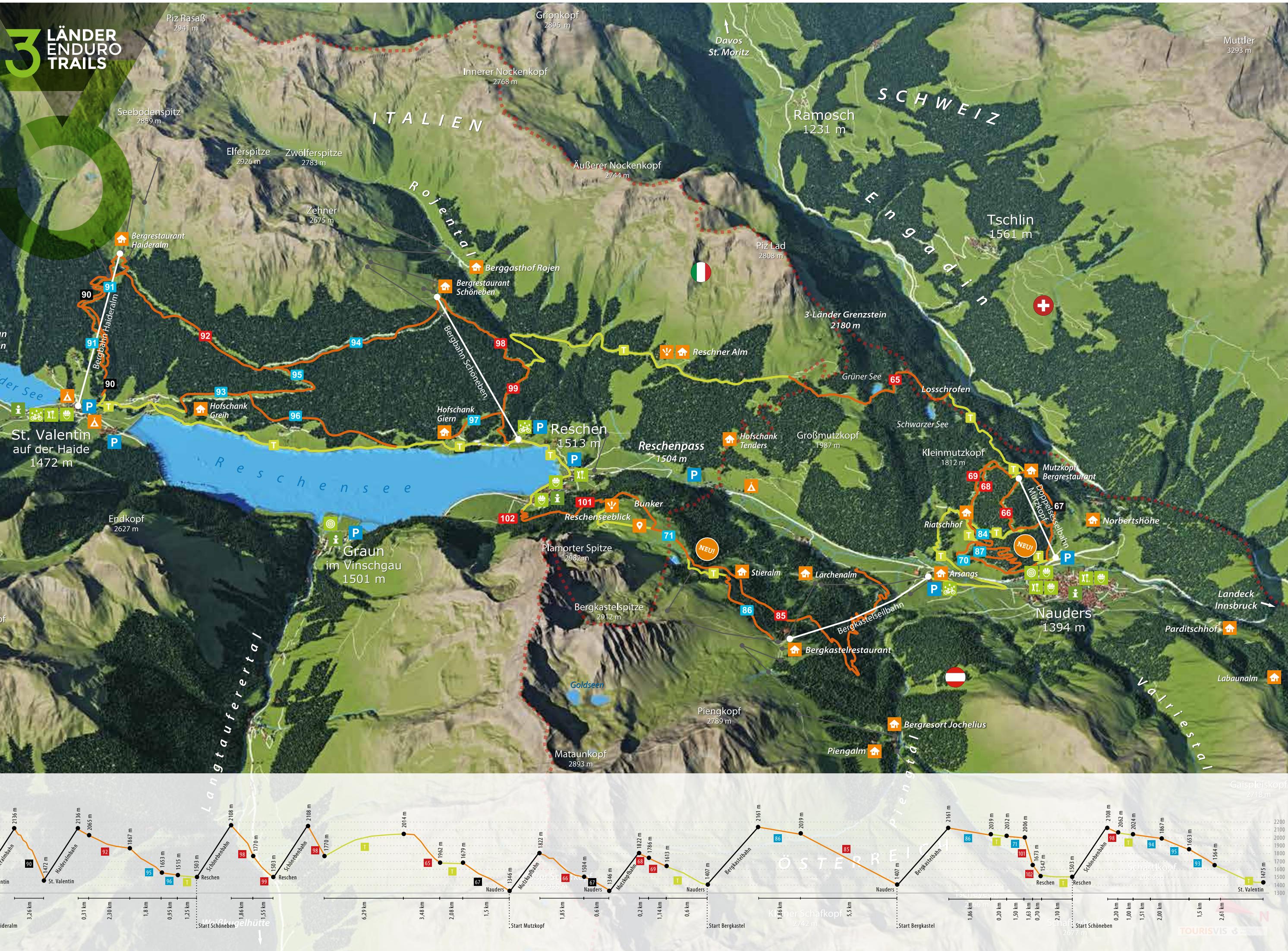
Europäischer Notruf	112
Bergrettung Nauders	140
Arzt, Apotheke Nauders	+43 5473 87500
Polizei	133
Rotes Kreuz	144
Landesnotrufzentrale Südtirol	112
Weißes Kreuz	+39 0471 444314
Polizei Italien	113
Apotheke Graun	+39 0473 632115
Arzt Graun	+39 0473 633311

## DIE TRAILS

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

## BIKEWASH

- NEU: Bikewash Talstation Bergkastel  
Bergbahnen Nauders, Nauders 299, 6543 Nauders, Tel. +43 5473 87427
- NEU: Bikewash Talstation Mutzkopf  
Bergbahnen Nauders, Nauders 299, 6543 Nauders, Tel. +43 5473 87427
- NEU: Bikewash Talstation Schöneben  
Bergbahn Schöneben, Piz, 39207 Reschen, Tel. +39 0473 63333
- NEU: Bikewash Talstation Haideralm,  
Bergbahn Haideralm, Kirchgasse 28, 39207 St. Valentin, Tel. +39 0473 634628
- Sport Folie Intersport (Sportshop)  
Hauptstraße 32, 39027 Reschen, Tel. +39 0473 63155  
[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 24, 39027 St. Valentin, Tel. +39 0473 634722  
[www.sporttenne.com](http://www.sporttenne.com)



## LEGENDE

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

## BESUCHEN SIE UNSERE NEUE HOMEPAGE



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

## TOURISMUS INFO

### Nauders

am Reschenpass

**NAUDERS Tourismus**  
A-6543 Nauders  
Dr. Tschigkrey-Str. 6  
Tel. +43(0)520/240 0  
office@nauders.at  
[www.nauders.com](http://www.nauders.com)

### Reschenpass

In der Kulturregion Vinschgau

**Feierregion Reschenpass**  
Hauptstraße 1  
I-39027 Reschen (BZ)  
Tel. +39 0473 63 301  
info@reschenpass.it  
[www.reschenpass.it](http://www.reschenpass.it)

