



## **E5 Alpenüberquerung 3. Etappe mit Gepäcktransport**

Via Alpina Cultura "Südost" nach Verona mit Opernabend

---

Mit diesem dritten Teil des Fernwanderweges beschließt du die Alpenüberquerung von Nord nach Süd in voller Länge. Diese Tour wird dich nicht nur durch die eindruckliche Landschaft über alpine Wanderwege begeistern. Unterwegs gibt es zahlreiche Orte und Möglichkeiten, in die Kultur und Geschichte dieser wunderschönen Region einzutauchen, z. B. in Luserna und am Borcolapass im Pasubiomassiv an Stätten des Ersten Weltkrieges. Immer wieder wirst Du diesem Kapitel aus dem vorherigen Jahrhundert begegnen. Die kontrastreiche Bergwelt dieser Region macht die Tour zu einem besonderen Erlebnis. Angekommen in Verona lädt das "Tor Italiens" mit seinen künstlerischen und archäologischen Schätzen ein, den südländischen Flair zu genießen.

---

# Anforderungen

## Kondition



Auf- und Abstiege bis zu 1200 Höhenmeter, Gehzeiten bis 8 Stunden (größere Pausen nach etwa 2 Stunden Gehzeit), abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe.

## Technik



Du wanderst überwiegend auf mittelschweren Bergwegen. Die Beschaffenheit der Wege kann felsig und auch verblockt sein. Abhängig von der Witterung und der Schneelage in den Bergen kann es rutschig sein. Vereinzelt gibt es ausgesetzte Passagen, die mit Drahtseilen abgesichert sind. Für diese Touren solltest Du bereits Erfahrung im Wandern haben, trittsicher und schwindelfrei sein. Für sportliche Einsteiger ohne Höhenangst ist diese Tour machbar.

## Tourenbeschreibung

### Tag 1: Levico Terme / [Hotel Liberty](#)

Bevor wir am nächsten Morgen auf die Tour starten, lernen wir uns im Hotel Liberty in Levico Terme beim gemeinsamen Abendessen kennen. Am Abend haben wir somit auch Zeit, den geplanten Tourenablauf zu besprechen und einen Materialcheck durchzuführen.

### Tag 2: Levico Terme - Malga Palu - Cimitero di Guerra - Luserna / San Sebastiano [Hotel Due Spade](#)

Nach einem kurzen Transfer nach San Giuliana starten wir auf unsere Tour. Der Weg führt uns bergauf durch Wald und entlang von Bachläufen vorbei an einem Bildstöckle und herrlichen Aussichten zur Baita Cangì (1.378 m) und weiter zur Malga Palu, Sennerei und unsere erste Jausenstation. Bei unserem weiteren Anstieg streifen wir einen historischen Soldatenfriedhof und queren eine malerische Hochebene, bevor wir Luserna erreichen. Von hier nehmen wir ein Taxi zu unserer Unterkunft in San Sebastiano.

Höhenunterschied: bergauf 1000m | bergab 300m

Gehzeit: ca. 06:00 Std.

### Tag 3: San Sebastiano - Forte Cherle - Bocca di V. Orsara - Passo Coe / [La Stua Passo Coe](#)

Diese Etappe führt uns direkt vom Hotel über Wald- oder Forstwege vorbei an einer alten Sägemühle bis zum Rifugio Cherle, unserer ersten Einkehrmöglichkeit. Danach können wir die ehemalige Festung aus dem 1. Weltkrieg besichtigen, einige interne Passagen sind begehbar. Weiter geht es über die Bocca di V. Orsara, von wo aus wir einen fantastischen Blick zur Brenta haben, bevor wir zum Passo Coe absteigen und unser Quartier beziehen. Wer noch nicht genug hat, kann noch einen Abstecher auf den Monte Maggio machen oder auf der Passhöhe und im Wald den Nachmittag genießen.

Höhenunterschied: bergauf 600m | bergab 300m

Gehzeit: ca. 04:30 Std.

### Tag 4: Passo della Borcola - Selleta del Groviglio - Rifugio A. Papa - Passo Pian delle Fugazze / [Albergo al Passo](#)

Ein Bus bringt uns am heutigen Morgen zur Malga Borcola. Auf dem Weg vorbei an der verfallenen Malga Costa stoßen wir zur Selletta del Groviglio und weiter geht's über die Porte del Pasubio (1.928 m) zur Rif. Gen. A. Papa. Hier genießen wir die Einkehr, bevor wir anschließend über eine alte Militärstraße aus dem 1. Weltkrieg, die Heldenstraße genannt, zum Passo Pian delle Fugazze absteigen, wo wir auch nächtigen.

Höhenunterschied: bergauf 1000m | bergab 1100m

Gehzeit: ca. 07:00 Std.

### Tag 5: Passo di Campogrosso - Passo Scure / [Rif. Boschetto](#)

Nach einem kurzen Transfer zum Passo di Campogrosso geht es durch Wald mit eindrucksvollen Ausblicken

über Boale dei Fondi steil zur Bocca dei Fondi, von wo aus wir einen herrlichen Panoramablick haben (2.015 m). Von der von Weltkriegsstellungen umgebenen Scharte steigen wir zum Rif. Scalorbi ab. Nach einer Einkehr mit bester Bewirtung führt uns der Abstieg vorbei an der Malga Campobrun zum im Wald gelegenen Rif. Boschetto (1.150 m).

Höhenunterschied: bergauf 700m | bergab 1000m

Gehzeit: ca. 05:30 Std.

#### **Tag 6:** Rif. Bochetto - Giazza - Verona mit Besuch der Arena / Hotel nach Verfügbarkeit

Unsere letzte Etappe führt uns vom Rif. Boschetto bergauf und bergab zunächst im Wald, dann im freien Gelände bis nach Giazza. Hier können wir uns in einer leckeren Osteria noch stärken, bevor wir den Weg mit dem Taxi gegen Mittag nach Verona zurücklegen. In Verona beziehen wir unsere Unterkunft und können in dieser wunderschönen Stadt den Tag ausklingen lassen. Ein gemütliches Abendessen und der Besuch in der Oper runden diese Tour perfekt ab!

Höhenunterschied: bergauf 450m | bergab 800m

Gehzeit: ca. 03:30 Std.

#### **Tag 7:** Rücktransfer - Heimreise

Mit vielen schönen Erlebnissen und den Eindrücken dieser wundervollen Landschaft und Stadt treten wir am Morgen die Rückreise mit dem Zug nach Levico Terme an.

---

Die **Ausrüstungsliste zum Ausdrucken** gibt es [hier](#). In der Liste findest Du zahlreiche nützliche Hinweise und Erklärungen sowie Links zu Ausrüstungsgegenständen.

**Sei dabei!** Auf [Instagram](#) und [Facebook](#). Wir sind das ganze Jahr in den Bergen unterwegs und teilen unsere Bergmomente. [#willkommendraußen](#) [#visitbergschuleat](#)

---

## Ausrüstung

- |   |   |
|---|---|
|  TAGESRUCKSACK MIT REGENHÜLLE (25L)    |  KLEINES GEPÄCKSTÜCK MAX 10 KG |
|  WASSERDICHTER BERGSCHUH KAT. B/C      |  TELESKOPSTÖCKE                |
|  FUNKTIONSSOCKEN                       |  FUNKTIONELLE UNTERWÄSCHE      |
|  FUNKTIONELLE BERGHOSE KURZ            |  FUNKTIONELLE BERGHOSE LANG    |
|  FUNKTIONSSHIRT LANGÄRMLIG             |  FUNKTIONSSHIRT KURZÄRMLIG     |
|  WÄRMENDE JACKE                        |  REGENSCHUTZ                   |
|  MÜTZE / STIRNBAND                     |  GEFÜTTERTE HANDSCHUHE         |
|  SONNENSCHUTZ                          |  TRINKFLASCHE                  |
|  ENERGIERIEGEL / NÜSSE                 |  REGENSCHIRM (OPTIONAL)        |
|  KLEINER KULTURBEUTEL                  |  BADEBEKLEIDUNG                |
|  HÜTTENSCHLAFSACK (ohne Metallanteile) |  PERSONALAUSWEIS / BARGELD     |
|  BLASENPFLASTER & TAPE                 |   |

Aufgrund von Wassermangel können nicht alle Unterkünfte Bettwäsche zur Verfügung stellen. Deshalb ist wenigstens ein Hüttenschlafsack notwendig. Decken werden zur Verfügung gestellt. Wir empfehlen einen leichten Sommerschlafsack mitzunehmen.

Für **Gepäckverlust oder Schäden** am bzw. im transportierten Gepäck übernimmt die Bergschule Kleinwalsertal keine Haftung. Die Gepäckstücke werden sorgfältig behandelt, dennoch können Schäden oder Verlust nicht vollends ausgeschlossen werden. Wir empfehlen eine Gepäckversicherung.

## Details im Überblick

### LEISTUNGEN

Staatlich geprüfter Berg- oder Wanderführer  
5 x Ü/HP im Gasthof (DZ oder MBZ)  
1 x Ü/F im Hotel (DZ oder MBZ)  
Täglicher Gepäcktransport (kleines Gepäckstück max. 10kg)  
1 x Opernbesuch  
Transfers  
Rücktransfer

### MINDESTTEILNEHMERZAHL

6 Personen  
max. 11

### ZAHLUNGSINFO

Anzahlung 100,- p.P. bei Buchung  
Restzahlung 14 Tage vor Tourenstart

### ZUSATZKOSTEN

1 x Abendessen  
Getränke, Zwischenmahlzeiten und Rucksackproviant  
nach persönlichem Bedarf ca. 40,- EUR pro Tag  
Individuelle Trinkgelder  
Reiseversicherung

### PARKEN

Parkmöglichkeiten am Hotel oder Nähe Bahnhof möglich

### DAUER

7 Tage Sonntag - Samstag

### TREFFPUNKT

17:30 Uhr Levico Terme/Lochere, Hotel Liberty

### RÜCKKEHR

Rückkehr ca. 12:00 Uhr nach Levico Terme

### HINWEIS FÜR MENSCHEN MIT EINGESCHRÄNKTER MOBILITÄT

Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet

---

## Preise und Termine



**EUR 1375.00 pro Person**



S37-24-1

23.06.2024 - 29.06.2024



S37-24-3

04.08.2024 - 10.08.2024



S37-24-2

07.07.2024 - 13.07.2024



S37-24-4

25.08.2024 - 31.08.2024

---

## Allgemeine Informationen

**Kartenmaterial - optional, zur Information vor der Tour:**

### Unterbringung

Wir bitten um Verständnis, dass individuelle Reservierungswünsche nicht berücksichtigt werden können. Die Unterkünfte in dieser Region sind einfach und weniger komfortabel als Hütten des DAV oder des ÖAV. Sie entsprechen italienischem Standard. Wir sind im Matratzenlager untergebracht. Oftmals haben wir die Möglichkeit Plätze im Mehrbett- oder Doppelzimmer zu reservieren. Dies können wir aber nicht garantieren. Auf allen Hütten gibt es Waschräume mit kaltem und meist warmem Wasser, die meisten Hütten bieten auch eine Duschkabine. Im Gasthof oder Hotel wohnen wir in Doppel- oder Mehrbettzimmern mit Etagendusche oder Dusche im Zimmer. Einzelreisende werden gleichgeschlechtlich untergebracht.

### Verpflegung:

In den Unterkünften werden wir reichhaltig (Halbpension) verköstigt. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung, spätestens zwei Wochen vor Tourenstart angeben). Unterwegs haben wir oftmals einladende Einkehrmöglichkeiten oder du kannst dir am Morgen ein Lunchpaket (kostenpflichtig) zusammenstellen lassen. Deshalb reicht es aus, wenn du für den Tourenstart genügend zu trinken und einen kleinen Snack (Energieriegel) für zwischendurch mitnehmen. An den folgenden Wandertagen informiert dich dein Guide.

### Anreise:

#### Mit dem Auto:

A22 Brennerautobahn, Ausfahrt A12 und E45 bis Circonvallazione Nuova/SP235 in Trento, Italia folgen, auf E45 Ausfahrt Trento Nord-Interporto nehmen. Danach auf der SS47 bis Levico Terme/Lochere nehmen.

#### Parkmöglichkeiten:

**Am ersten Tourentag in der Nähe des Hotels, ab 19:00 Uhr direkt vor dem Hotel kostenlos. Während der Tour Parkmöglichkeit am Bahnhof direkt kostenlos.**

#### Mit dem Zug:

Gute Verbindung ab München über Innsbruck nach Trento.  
Dann mit der Regionalbahn zum Bahnhof Levico Terme

**Bei vorzeitiger Anreise wende Dich bitte an das Tourismusbüro in Rovereto.**

[https://www.visittrentino.info/de/trentino/orte-stadte/levico-terme\\_md\\_267](https://www.visittrentino.info/de/trentino/orte-stadte/levico-terme_md_267)  
Azienda per il Turismo Valsugana  
+390461727700

---

## Reiseversicherung

Besonders empfehlen können wir den "GuteFahrt-Schutz". Dieser enthält einen Mehrwert an Leistungen und ist preislich vergleichbar mit dem Reiserücktrittskosten-Basischutz.

Folgende Leistungen sind enthalten:

-  Reiserücktritt-Versicherung
-  Reiseabbruch-Versicherung
-  Umbuchungsgebühren-Schutz
-  Reisegepäck-Versicherung
-  Reise-Assistance
-  Reise-Krankenversicherung inkl. Kranken-Rücktransport (optional)

Bei einer Reisedauer von bis zu 10 Tagen gilt hier ein Prämienpreis ab EUR 39,- pro Person.

Im Zuge der verbindlichen Buchung empfehlen wir den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der Allianz, die Sie über unsere Homepage buchen können: <http://www.bergschule.at/reiseversicherung.html>. Diese Versicherung ist für alle unsere Kunden buchbar. Leistungsstörungen die durch das Wetter, Ausfall von Bahnen oder anderen Einflüssen verursacht werden, und auf die der Veranstalter keinen Einfluss hat sind nicht regresspflichtig. Ebenfalls empfehlen wir jedem Teilnehmer eine Haftpflicht-, Unfall- sowie Auslandsrankenversicherung.

---

## Anforderungen

### Kondition



Auf- und Abstiege bis 800 Höhenmeter, Gehzeiten pro Tag zwischen 4 und 6 Stunden (größere Pausen nach etwa 1 bis 2 Stunden Gehzeit), abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe



Auf- und Abstiege bis zu 1200 Höhenmeter. Gehzeiten zwischen 6 und 8 Stunden (größere Pausen nach etwa 2 Stunden Gehzeit), abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe



Auf- und Abstiege bis zu 1400 Höhenmeter (und mehr), Gehzeiten zwischen 8 und 10 Stunden, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe. Bei Touren in Höhenlagen über 3.000 m ist eine vorherige Akklimatisation empfehlenswert.

### Technik



Du wanderst auf einfachen Bergwegen. Diese sind überwiegend schmal und zum Teil auch steil. Je nach Witterung kann es auch mal rutschig sein. Du musst nicht unbedingt Bergerfahrung haben und auch nicht schwindelfrei sein. Trittsicherheit hingegen setzen wir bei allen Wanderungen in den Bergen voraus. Für Einsteiger ist diese Tour geeignet.



Du wanderst überwiegend auf mittelschweren Bergwegen. Die Beschaffenheit der Wege kann felsig und auch verblockt sein. Abhängig von der Witterung und der Schneelage in den Bergen kann es rutschig sein. Vereinzelt gibt es ausgesetzte Passagen, die mit Drahtseilen abgesichert sind. Für diese Touren solltest Du bereits Erfahrung im Wandern haben, trittsicher und schwindelfrei sein. Für sportliche Einsteiger ohne Höhenangst ist diese Tour machbar.



Du wanderst streckenweise auf schweren, alpinen Bergwegen. Ausgesetzte Passagen, die zum Teil mit Drahtseilen abgesichert sind, bereiten Dir keine Probleme. Du hast Erfahrung im alpinen Bergsteigen und bist auch in schrofigem und verblocktem Gelände, auf Geröllfeldern und größeren Schneefeldern trittsicher und schwindelfrei. Witterungsbedingt können die Anforderungen auch noch anspruchsvoller sein.

---

## Guter Rat ist nicht teuer!

Aus Erfahrung wissen wir, dass eine Wochentour in den Bergen für viele Wanderer eine große Herausforderung ist. In den letzten Jahren hat die Nachfrage vor allem bei den Alpenüberquerungen enorm zugenommen. Leider müssen unsere Bergführer immer wieder feststellen, dass nicht jeder ausreichend vorbereitet ist und die Anforderungen einer solchen Tour unterschätzt werden. Bedauerlicherweise müssen

einige Wanderer die Tour dann abbrechen oder einzelne Etappen mit dem Taxi zurücklegen. Hierdurch entstandene Zusatzkosten müssen von jedem Gast selbst getragen werden. Wenn Du bislang noch nicht mehrtägig in den Bergen unterwegs warst, empfehlen wir Dir als Vorbereitung eine unserer dreitägigen Touren zum Reinschnuppern. Eine vorherige Akklimation ist bei jeder Tour sinnvoll.

### Antworten auf häufig gestellte Fragen!

\* Nach dem Motto „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung“ lassen wir uns mit unserer **regentauglichen Ausrüstung** auch von Regen oder Schnee die Freude am Wandern nicht verderben. Sollte aus Sicherheitsgründen die Tour / Etappe nicht wie geplant stattfinden können, wird der Guide eine Alternative finden.

\* Die **beste Zeit** für eine Alpenüberquerung ist zwischen Mitte Juni und Ende September. Zu Beginn und am Ende der Saison müssen wir unter Umständen mit Schneefeldern rechnen. In den Bergen ist grundsätzlich auch in den Sommermonaten **jederzeit auch mal Schneefall** möglich.

\* Eine Wochentour in den Bergen ist für viele Wanderer **eine große Herausforderung**. Wir sind auf **guten Bergwegen** unterwegs. Oftmals sind die Wege steil oder auch felsig, manchmal erdig und auch rutschig. Wenn Du bereits Erfahrung im Wandern hast und entsprechende Ausdauer mitbringst, **trittsicher** (sicheres Gehen auf unebenen, steinigen und auch unbefestigten Wegen) und weitestgehend schwindelfrei bist, wirst Du auf der Alpenüberquerung genussvoll unterwegs sein. Warst Du bislang noch nicht mehrtägig in den Bergen unterwegs, empfehlen wir Dir als **Vorbereitung eine unserer dreitägigen Touren** zum Reinschnuppern und Kennenlernen.

\* Solltest Du tatsächlich eine **Tour abbrechen** müssen und Dir dadurch Zusatzkosten entstehen (Taxitransfer, zusätzlich Hotelübernachtung u.ä.), werden diese Kosten nicht von der Bergschule erstattet (siehe AGB der Bergschule Kleinwalsertal). Deshalb empfehlen wir ausdrücklich eine **Reiseversicherung**, die auch den Abbruch einer Tour abdeckt.

\* In der **Ausrüstungsliste** findest Du alles was Du für Deine Alpenüberquerung benötigst. Besonderes Augenmerk solltest du auf Deine Bergschuhe verwenden. **Schuhe der Kategorie B/C** mit einem Schaft über die Knöchel sind ideal. Ein bequemer Bergschuh ist nicht unbedingt für die Alpenüberquerung geeignet. Wichtig sind ein gutes Profil, die Stabilität und der Zustand des Schuhs. Bei alten Schuhen kommt es häufig vor, dass sich die Sohle ablöst. Deshalb lohnt sich besonders bei den Schuhen die Investition in ein neues Paar.

\* Wir sind in den **Hütten im Lager oder in Mehrbettzimmern**, im **Hotel** bzw. im **Gasthof** im **Doppel- oder auch Mehrbettzimmer** untergebracht. Wir bitten um Verständnis, dass individuelle Reservierungswünsche nicht berücksichtigt werden können.

\* In den Unterkünften werden wir **reichhaltig (Halbpension) verköstigt**. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung angeben). Unterwegs haben wir oftmals einladende **Einkehrmöglichkeiten** oder wir können uns ein **Lunchpaket** (kostenpflichtig) zusammenstellen lassen. Deshalb reicht es aus, wenn Du für den Tourenstart genügend zu Trinken und einen kleinen Snack für zwischendurch mitnehmen. An den folgenden Wandertagen informiert Dich dann der Guide.

\* Bei **Unverträglichkeiten** oder **besonderen Diäten** wird es bei den Hüttentouren schwierig. Vegane Kost, Gluten- oder Laktoseintoleranz ist bei Unterbringung im Hotel oder im Gasthaus in der Regel kein Problem. Auf den Hütten hingegen ist eine Sonderverpflegung nur bedingt möglich. Dafür musst Du selber vorsorgen. Du kannst bei einer mehrtägigen Tour oftmals aber im Tal einkaufen.

# TRAININGSPLAN

EMPFOHLENE VORBEREITUNG FÜR DEINE TOUREN MIT DER BERGSCHULE KLEINWALSERTAL!

Mit der richtigen Vorbereitung kannst du die Touren mit der Bergschule Kleinwalsertal in vollen Zügen genießen. Stell Dir einfach Deine Traumtour vor, dann kommt die Motivation von ganz alleine. Als kleinen Anreiz haben wir Dir hier einen Trainingsplan ausgearbeitet. Mit diesen Ausdauereinheiten und Technikübungen kannst Du Dich auf Dein Abenteuer in den Bergen vorbereiten. **Wir empfehlen schon einige Tage vor Tourenstart anzureisen um sich an die Höhe zu gewöhnen.**

 **Wandern**  **Klettersteig**

Mindestens 3 unterschiedliche Wahleinheiten pro Woche, ideal über mehrere Monate.

 **Klettern**  **Hochtouren**

Mindestens 3 unterschiedliche Wahleinheiten pro Woche, ideal über mehrere Monate.

## AUSDAUER:

30 Minuten Treppensteigen,  
Stepper oder Crosstrainer



60 Minuten Walken, Joggen  
oder Radfahren in der Natur



## AUSDAUER:

45 Minuten Treppensteigen,  
Stepper oder Crosstrainer



90 Minuten Walken, Joggen  
oder Radfahren in der Natur



## TRITTSICHERHEIT UND GLEICHGEWICHT:

10 Minuten Zehenspitzenlaufen



10 Minuten Ballenstand an einer  
Treppenkante (einbeinig, beidbeinig)



10 Minuten Balance Ball  
(einbeinig, beidbeinig)



Balancieren auf der Bordsteinkante



Von Stein zu Stein springen  
(Fliese zu Fliese, Tempelhüpfen)



## ARMKRAFT: Mit Kurzhantel oder Wasserflasche (0,5 bis 1 kg).

30x Armbeugen



30x über Kopf stemmen  
und seitlich anheben



5x Liegestütz  
(Steigerung pro Einheit bis 20)



5x Liegestütz rücklings  
(Steigerung pro Einheit bis 20)



1 Minute Unterarmstütz

