

**IT**  
**Val Casies - Monguelfo - Tesido:**  
 un suggerimento prezioso per gli appassionati dello sci di fondo

L'ampio e soleggiato fondovalle si adatta ottimamente a tracciare d'inverno le piste per il fondo: oltre 42 km in tutto. Che si pratichi lo skating o la tecnica classica, c'è posto per tutti lungo i 42 km del tracciato della Val Casies. In buone condizioni di innevamento si raggiunge sugli sci anche Tesido e Monguelfo e da lì si arriva sul tracciato di collegamento della "Pustertaler Skimarathon". Da Natale a metà marzo si può contare su un'innnevamento certo ed il tracciato offre possibilità sufficienti per ogni gusto e condizione atletica. E chi non è ancora del tutto sicuro sugli sci stretti, può apprendere la tecnica giusta alle scuole di sci a S. Maddalena e a Tesido Guggenberg.

**EN**  
**Gsieser Tal - Welsberg - Taisten:**  
 "the secret Mecca of cross-country skiing"

The wide and sunny valley is perfectly suited for cross-country skiing and enjoying the beautiful landscape at the same time. The 42 km long well prepared tracks offer skiing opportunities for all the different types of cross-country skiers, for those who love skating, for those who prefer the classical technique, for people who like leisurely speed and sport maniacs find perfect steeper tracks towards the end of the valley. For those who want to improve their skills, there are good and motivated skiing instructors. From Christmas to the middle of march you can normally find perfectly prepared tracks. When the snow conditions are good you can reach the villages Taisten and Welsberg and from there you can go on, on the tracks of the "Pustertaler Skimarathon".

**DT**  
**Gsieser Tal - Welsberg - Taisten:**  
 „der Geheimtipp, wenn es ums Langlaufen geht“

Der weite, sonnige Talboden des Gsieser Tales eignet sich hervorragend, um im Winter Langlaufloipen zu ziehen. Ob für den Skater oder für den klassischen Läufer, es ist für jeden Platz auf der 42 km langen Loipe von Welsberg über Taisten ins Gsieser Tal. Bei guten Schneeverhältnissen erreicht man mit den Skiern auch Taisten und Welsberg, von dort aus kommt man auf die Anschlussstrecke der Pustertaler Skimarathon-Loipe. Mit schneesicheren Pisten kann von Weihnachten bis Mitte März gerechnet werden und die Loipe bietet für jeden Geschmack und jede Kondition ausreichend Möglichkeiten. Wer auf den schmalen Brettern noch nicht so ganz sicher ist, kann sich unter kundiger Anleitung das richtige Langlaufen in den Ski-schulen in St. Magdalena und Taisten Guggenberg aneignen.

**DT**  
 Der weite, sonnige Talboden des Gsieser Tales eignet sich hervorragend, um im Winter Langlaufloipen zu ziehen. Ob für den Skater oder für den klassischen Läufer, es ist für jeden Platz auf der 42 km langen Loipe von Welsberg über Taisten ins Gsieser Tal. Bei guten Schneeverhältnissen erreicht man mit den Skiern auch Taisten und Welsberg, von dort aus kommt man auf die Anschlussstrecke der Pustertaler Skimarathon-Loipe. Mit schneesicheren Pisten kann von Weihnachten bis Mitte März gerechnet werden und die Loipe bietet für jeden Geschmack und jede Kondition ausreichend Möglichkeiten. Wer auf den schmalen Brettern noch nicht so ganz sicher ist, kann sich unter kundiger Anleitung das richtige Langlaufen in den Ski-schulen in St. Magdalena und Taisten Guggenberg aneignen.



Tesido nello splendore invernale / Taisten in winterlicher Pracht

**Gestione impianti/Lifts/Aufstiegsanlagen**

- Berglift S. Maddalena/Val Casies - St. Magdalena/Gsieser Tal
- Guggenberglift Tesido/Taisten
- Colle/Val Casies - Pichl/Gsieser Tal

**Scuole sci/Ski schools/Skischulen**

S. Maddalena/Val Casies - St. Magdalena/Gsieser Tal - Tel. +39 0474 948 142

Guggenberg Tesido/Taisten - Tel. +39 0474 950 000

**Mobilità/Transportation/Verkehr**

Skibus giornaliero al carosello sciistico **Plan de Corones**  
 Daily ski bus to **Plan de Corones**  
 Täglich Zubringerdienst zum Skikarussell **Kronplatz**

**Noleggio ski/Ski rental/Skiverleih**

**Sport Burger**  
 S. Maddalena/Val Casies, direttamente all'impianto di risalita/  
 St. Magdalena/Gsieser Tal direkt am Berglift - Tel. +39 0474 948 050

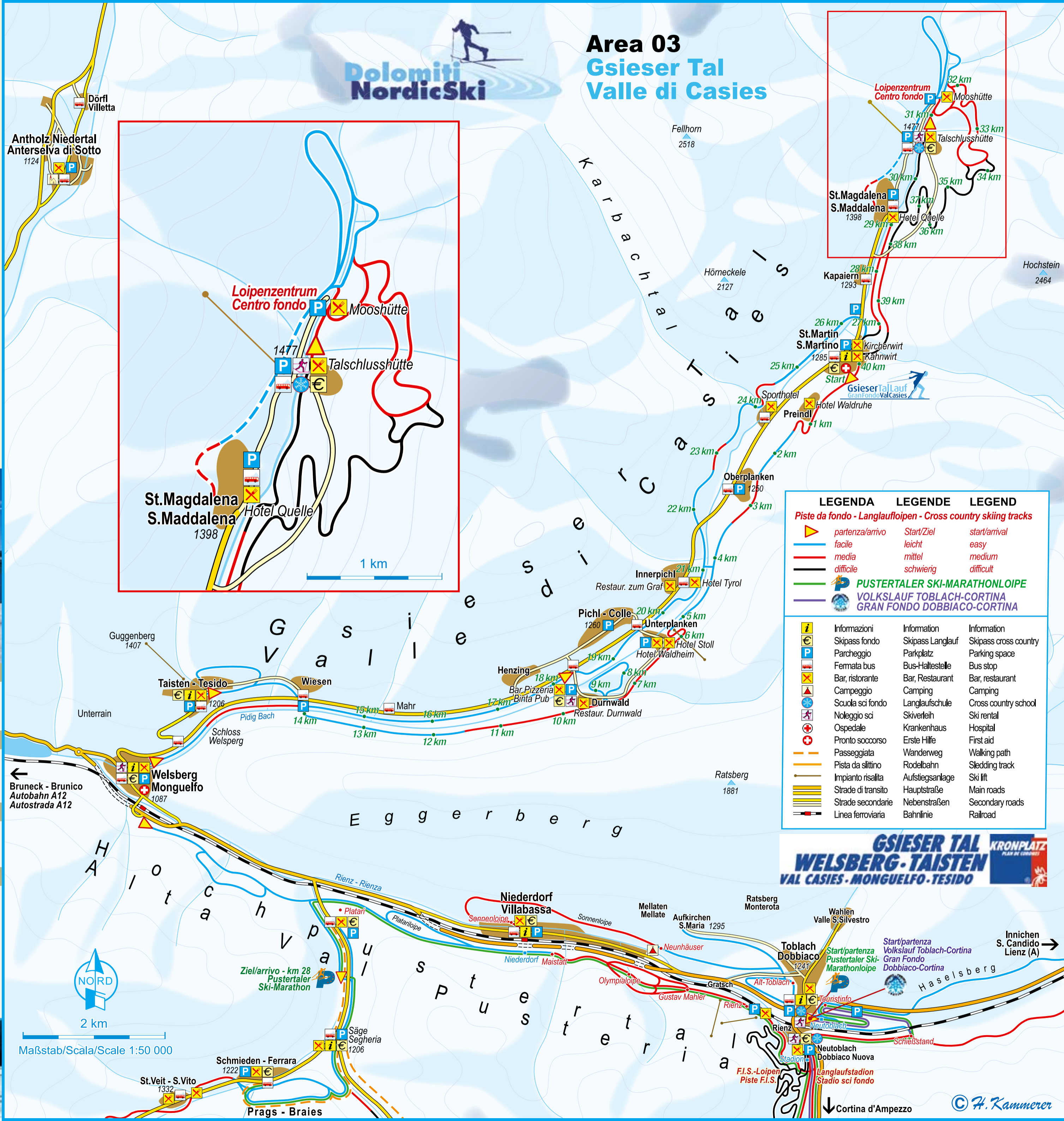
**Wintec - Ski Center**  
 Monguelfo/Welsberg - Tel. +39 328 234 0315, Tel. +39 0474 944 288

**Hellwegger Intersport**  
 Monguelfo/Welsberg - Tel. +39 0474 946 007

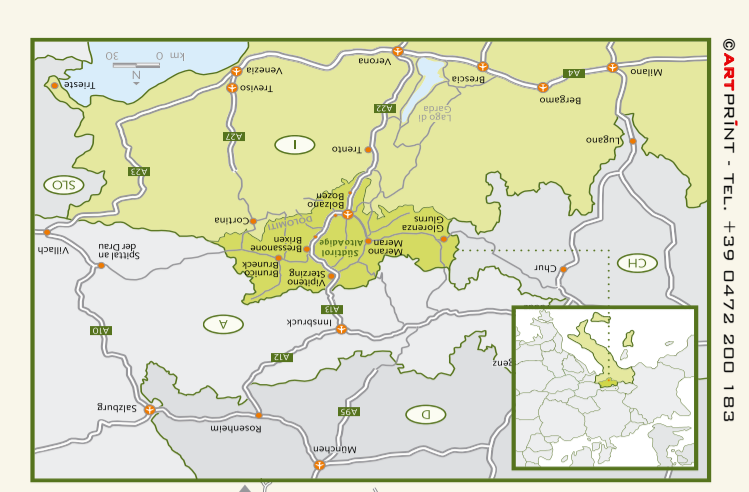
**R. Bergmann** (solo sci di fondo/only cross-country skiers/nur Langlaufski)  
 Colle/Val Casies - Pichl/Gsieser Tal -  
 Bar Restaurant/Ristorante Binta Pub - Tel. +39 329 1 745 154



Sci nordic nel idilliaca Val Casies / Langlaufen im idyllischen Gsieser Tal



| LEGENDA   | LEGENDE           | LEGEND                |
|---|-------------------|-----------------------|
| Piste da fondo - Langlaufloipen - Cross country skiing tracks |                   |                       |
| facile  | Start/Ziel leicht | start/arrival easy    |
| media   | mittel            | medium                |
| difficile   | schwierig         | difficult             |
| PUSTERTALER SKI-MARATHONLOIPE                                 |                   |                       |
| VOLKSLAUF TOBLACH-CORTINA                                     |                   |                       |
| GRAN FONDO DOBBIACO-CORTINA                                   |                   |                       |
| Informazioni  | Information       | Information           |
| Skipass fondo   | Skipass Langlauf  | Skipass cross country |
| Parcheggio  | Parkplatz         | Parking space         |
| Fermata bus   | Bus-Haltestelle   | Bus stop              |
| Bar, ristorante   | Bar, Restaurant   | Bar, restaurant       |
| Campeggio   | Camping           | Camping               |
| Scuola sci fondo  | Langlaufschule    | Cross country school  |
| Noleggio sci  | Skiverleih        | Ski rental            |
| Ospedale  | Krankenhaus       | Hospital              |
| Pronto soccorso   | Erste Hilfe       | First aid             |
| Passeggiata   | Wanderweg         | Walking path          |
| Pista da slittino   | Rodelbahn         | Sledding track        |
| Impianto risalita   | Aufstiegsanlage   | Ski lift              |
| Strade di transito  | Hauptstraße       | Main roads            |
| Strade secondarie   | Nebenstraßen      | Secondary roads       |
| Linea ferroviaria   | Bahnlinie         | Railroad              |



**Interreg**  
 info@gsieser-tal.com - www.gsieser-tal.com  
 Tel. +39 0474 978 436 - Fax +39 0474 978 226  
 I-39030 Val Casies/Gsieser Tal  
 Touristmusverein Gsieser Tal - Welsberg-Taisten  
 Tourist Board Val Casies-Monguelfo-Tesido  
 Associazione Turistica Val Casies-Monguelfo-Tesido



www.dolomitinordicski.com | info@dolomitinordicski.com

**Dolomiti Nordicski**  
 Europe's largest cross-country skiing area ... directly in the Dolomites

**03 Val Casies-Monguelfo-Tesido Gsieser Tal-Welsberg-Taisten**

