



# DOLOMITES. LIFE. GÄSTEPOST.

SOMMER 2022



**GUEST-NET**  
In Echtzeit erhalten Sie  
alle Informationen  
über das Hotel Alpenblick  
und die Umgebung.  
[alpenblick.guestnet.info](http://alpenblick.guestnet.info)



# Echte Heimatliebe

Eine Liebeserklärung an die Heimat. Immer wenn ich an meine Kindheit zurückdenke, erinnere ich mich an den Duft nach frischen Buchteln und Strauben, der bei uns daheim oft durchs Haus zog. Meine Mutter war eine echte Künstlerin, wenn es darum ging, kleine Genusswunder auf den Familientisch zu zaubern. Das gemeinsame Essen mit der ganzen Familie gehört für mich bis heute zu den schönsten Erinnerungen.

Geprägt durch meine Kindheit, ist das Kochen für mich zu einem meiner liebsten Hobbys geworden. Nach einer langen Lebensreise durch die Welt des Genusses bin ich zu der Überzeugung gelangt, dass es in der Küche mehr denn je wichtig ist, an den eigenen Wurzeln anzusetzen.

Gemeinsam mit unserem Küchenchef Florian Schweikl beschreiten wir im Dolomites. Life. Hotel. Alpenblick nun genau aus diesem Grund neue Wege. Weil uns das Wohl aller – das der Menschen und Tiere genauso wie das unserer Natur und unserer Heimat – am Herzen liegt, richten wir unser Augenmerk in unserer Gourmetküche jetzt noch mehr auf unverfälschte, saisonale Produkte und Zutaten aus der Umgebung, aus unserer Region sowie aus dem benachbarten Osttirol. Aus Respekt vor der Natur haben wir uns auch der ganzheitlichen Verwertung verschrieben, genauso, wie es schon unsere Großeltern gemacht haben.

Wir spüren, wir sind mit dieser Philosophie auf dem richtigen Weg. Damit die Welt, in der wir leben dürfen, für uns alle ein lebenswertes Zuhause bleibt.

Auf unsere Echte Heimatliebe!  
Ihr Markus Lanzinger



## Herkunftszeugnis: made in Südtirol

Wir lieben die regionale Küche – schließlich schmeckt Südtirol einzigartig! Außerdem hat unsere Heimat alles, was wir für höchsten Genuss brauchen. Beim Kochen und Essen denken wir immer an die Natur, die Umwelt und besonders an unsere Heimat, unsere Bauern und unsere Landwirtschaft. All die Zutaten für unsere Gerichte haben deshalb nur einen kurzen Weg in unsere Küche. Und genau dies wollen wir für unsere Gäste auch sichtbar machen: mit unserem eigenen Alpenblick Qualitätssiegel. Alle regionalen Produkte tragen dieses Siegel und sind für Sie somit auf den ersten Blick zu erkennen. So schmeckt bei uns echte Heimatliebe!



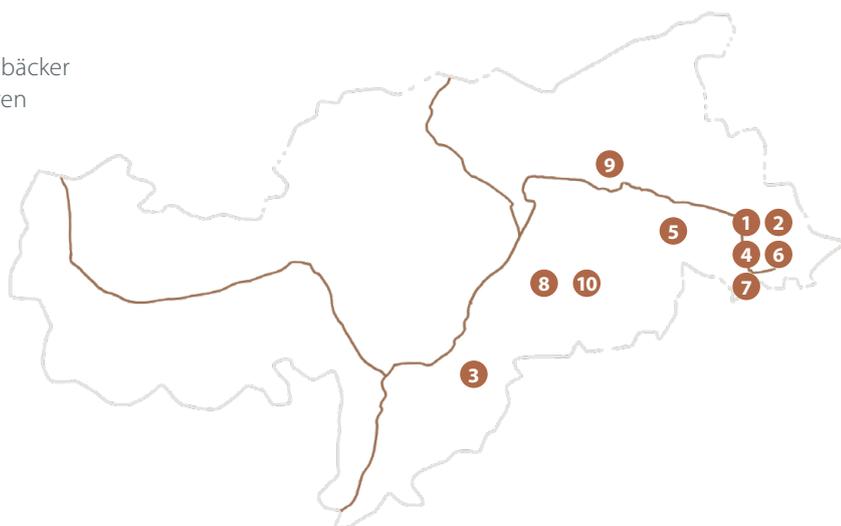
## Nachhaltigkeit trifft auf Alpenblick



### EINIGE UNSERER PARTNER FÜR QUALITÄTSPRODUKTE

- 1 **Bäckerei Happacher Sexten** frisches Brot vom Ortsbäcker
- 2 **Villgrater Alois Metzger Sexten** Speck & Wurstwaren sowie einheimisches Fleisch
- 3 **Kaffeerösterei „Caroma“ Völs** am Schlern
- 4 Freilandeier vom **Kalcherhof in Sexten und Lahnhof Gsies**
- 5 Marmeladen von „**Alpe Pragas**“
- 6 Käse & Milchprodukte aus der **örtlichen Käserei**
- 7 Ziegenkäse von der **Hofkäserei „Unteroltl“ Sexten**
- 8 Gemüse und Obst von **Südtiroler Bauern**
- 9 Bauernbutter vom „**Moarhof**“
- 10 Fruchtsäfte von verschiedenen **Südtiroler Bauern**

... alle Partner finden Sie auf unserer Webseite



**GUT:** wohlschmeckend, nahrhaft, frisch, gesundheitlich einwandfrei, die Sinne anregend und befriedigend.

**SAUBER:** hergestellt, ohne die Ressourcen der Erde, die Ökosysteme oder die Umwelt zu belasten und ohne Schaden an Mensch, Natur oder Tier zu verursachen.

**FAIR:** die soziale Gerechtigkeit achtend, mit angemessener Bezahlung und fairen Bedingungen für alle: von der Herstellung über den Handel bis hin zum Verzehr.



### DURST AUF MEHR REGIONALITÄT

Das Aroma der Heimat findet sich auch beim Trinkgenuss. Südtiroler Weine und Destillate, hausgemachte Säfte und Tees sowie Kaffee von Südtiroler Röstereien haben den Weg in unsere Getränkekarte gefunden. Wir lieben Wasser, Wein und Bier – am liebsten von hier!

### VON UNSERER NATUR VERWÖHNT

Wir sehen die Natur um uns als das größte Geschenk überhaupt. Und dies lassen wir Sie gerne spüren. Die Natur entspannt, tut gut, erdet und schenkt Kraft, deswegen haben wir sie auch in unser „Bergdörfli“ SPA geholt. Für unsere Wellnesanwendungen, die mit unserem Qualitätssiegel gekennzeichnet sind, verwenden wir ausschließlich natürliche Produkte, die aus Südtirol stammen.

### CRAFT BEER AUS SÜDTIROL

Hört der Genießer „Südtirol“, so denkt er meistens an leckere Weißweine und malerische Weinberge, die sich soweit das Auge reicht am Eingang der Dolomiten erstrecken. Aber Craft Beer in Südtirol? Das klingt dann doch wohl nach einer relativ neuen Entwicklung. Handgemachtes Bier wird jedoch auch in der schönen autonomen und nördlichsten Provinz Italiens immer beliebter.

### BRAUEREIEN/WIRTSCHAUSBRAUEREIEN:

- Batzen Bräu
- Buschenschank Hubenbauer – Hofbrauerei
- Brauerei „Gustahr“ Ahrntal





## „Slowfood“



### Genussvoll, bewusst und regional essen mit allen Sinnen

Südtirol ist über seine Grenzen hinaus bekannt für seine unverfälschte, traditionsreiche Küche. Und wir Südtiroler sind wahre Genießer, die ihr Essen gerne zelebrieren! Keine Frage also, dass wir uns mit Stolz Partner von „Slow Food“ nennen. Die Mitglieder dieser weltweiten gemeinnützigen Stiftung setzen sich aus Überzeugung und mit Leidenschaft für die kleinbäuerliche Landwirtschaft, das Handwerk, die Fischerei und die Lebensmittelproduktion ein, welche auf die Umwelt, die kulturelle Identität von Gemeinschaften und das Wohlbefinden von Tieren Rücksicht nimmt.

Die ursprünglich in Italien gegründete Bewegung bemüht sich darum, die biokulturelle und geschmackliche Vielfalt sowie gastronomische Traditionen rund um den Globus zu bewahren. Aus diesem Grund werden etwa auch Trainingsprogramme für Nachwuchskräfte aus der Gastronomie, der Landwirtschaft und der Lebensmittelbranche angeboten. Die Organisation betreibt außerdem Ernährungs- und Geschmacksbildung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, um das Bewusstsein für Lebensmittel zu stärken.

### Gut, sauber, fair!

Rund 100.000 Mahlzeiten nimmt jeder von uns im Lauf seines Lebens zu sich. Dass wir jedes Mal gleichzeitig auch ein wenig unsere Zukunft mitbestimmen, ist allerdings den Wenigsten klar. Womit und wie wir uns ernähren, hat bekanntermaßen Auswirkungen auf unsere Gesundheit, aber auch auf Landwirtschaft, Klima, Wirtschaft, Politik, Umwelt, Kulturlandschaften und unsere eigene Identität. Slow Food ist hier richtungweisend und empfiehlt, auf Lebensmittel zu achten, die gut, sauber und fair sind – nur das ist wirklich „slow food“!

#### EURO-TOQUES

### Kulinarische Tradition bewahren

Ziel der Euro-Toques -Mitglieder ist es, die traditionellen, handwerklichen Lebensmittelproduzenten zu unterstützen, Qualitätserzeugnisse zu fördern, die kulinarischen Traditionen Europas zu erhalten und den verantwortlichen Umgang mit Lebensmitteln zu gewährleisten. Diese Gemeinschaft ist in allen Ländern und deren Kulturen vertreten. Auch unser Küchenchef Florian Schweikl ist Mitglied der Euro-Toques Deutschland e.V. mit Sitz in Bayreuth.



# Alpine Wellness

## Richtig Saunieren

### VOR DER SAUNA

- Jeglicher Zeitdruck ist fehl am Platz: bei dem Saunabesuch ist Ruhe und Entspannung angesagt. Es sollen mindestens 2 Stunden eingeplant werden.
- Körperliche Anstrengung unmittelbar vor und nach dem Saunagang ist nicht ratsam. So wirkt die Entspannung länger. Vor dem Saunabad empfiehlt sich eine leichte Mahlzeit.
- Im Saunaraum immer nackt (oder mit einem Handtuch umhüllt) schwitzen und auf einem Handtuch sitzen.
- Keine Badeanzüge verwenden (viele synthetische Stoffe produzieren bei hoher Temperatur Giftstoffe), außerdem behindert die Bekleidung eine gute Atmung.
- Vor dem Saunagang immer duschen. Eine warme Dusche, danach ordentlich abtrocknen, bereitet die Poren auf das Schwitzen vor.

### SAUNAGANG

- Die Dauer des Saunaganges ist individuell verschieden, normalerweise dauert er ca. 10 – 20 Min.
- Erfahrene Saunagänger können bis zu 3 Gänge machen, für andere kann 1 Gang schon ausreichen.

- In jedem Fall sollte der Besucher auf die Signale des Körpers achten und nicht übertreiben.
- Zwischen den Saunagängen ist eine Ruhepause wichtig (siehe Relax-Phase).

### VERLASSEN DER SAUNA

Beim Verlassen des Saunaraumes sollten Sie darauf achten, es langsam zu tun (nicht abrupt aufstehen). Nun sollen der Körper und auch der Blutkreislauf mittels einer Abkühlung (im Freien oder mit einer kalten bzw. lauwarmen Dusche) reagieren.

### RELAX-PHASE

Das Einhalten einer Ruhephase ist wichtig, damit der Körper nachreagieren kann, bzw. um den Gesundheitsfördernden Effekt der Sauna zu unterstützen: der Körper scheidet noch Giftstoffe aus und stellt sich langsam wieder auf seinen Ruhepuls ein (meistens vergehen ca. 10 – 15 Min). Ruhen Sie im Liegen, im Bademantel „eingebettet“.

### ABSCHLUSS

Wenn Sie mehrere Saunagänge machen, ist es wichtig eine Ruhephase von mind. 20 Min. einzuhalten. Nach der Sauna ist es wichtig, Flüssigkeit aufzunehmen, d. h. viel trinken (Wasser, Fruchtsäfte, Tee).



## Erholung pur...

### ALPENBLICKS BERGDÖRFL UND BERGSEE

#### WELLNESS- UND BEAUTYABTEILUNG

Unser Massage-Team ist täglich von 13.00 bis 20.00 Uhr im Haus. Termine von 9.00 bis 11.00 Uhr nehmen wir gerne auf Anfrage entgegen. Für Anmeldung oder Beratung wenden Sie sich bitte an die Rezeption. Falls Sie einen gebuchten Wellnesstermin nicht einhalten können, bitten wir um Ankundigung bis 24 Stunden vorher. Bei kurzfristiger Stornierung wird leider 50% des Behandlungspreises in Rechnung gestellt.

#### SAUNA IM BERGDÖRFL

Unsere Sauna ist täglich von 13.00 bis 20.00 Uhr geöffnet. Im Wellnessbereich befindet sich keine Umkleidekabine. Sie können jedoch direkt vom Zimmer mit dem Bademantel bzw. Handtuch in die Sauna gehen. In Ihrem Zimmer steht ein Saunakorb mit Badetüchern, Bademantel und Frottee-Badeschuhen zur Verfügung. Die Zimmerkarte öffnet auch die Eingangstür zur Wellnesswelt.

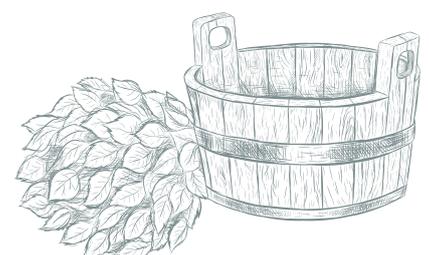
Der gesamte Bereich des Alpine Wellness Bergdörfel ist eine Oase der absoluten Ruhe und Erholung und ist erst für Gäste ab 18 Jahren zugänglich.

#### BERGSEE

Beheizter Innen- und Außenpool

Öffnungszeiten:

Innenpool täglich von 8.00 bis 20.00 Uhr und Außenpool von 13.00 bis 20.00 Uhr.





## Romantische Momente zu Zweit erleben

Wir haben uns was für alle gedacht, die sich und ihrem Partner was Besonderes gönnen möchten. Unsere Kreationen inspirieren und schenken unvergessliche Erinnerungen. Schönheit und Entspannung stehen im Mittelpunkt, Aufmerksamkeit und Streicheleinheiten schmeicheln der Seele – das Ergebnis sind ein strahlendes Lächeln und das glückliche Strahlen Ihres Partners!

### ALPENBLICK SPECIAL IN DER PRIVATE SPA SUITE

- Entspannen in der Paar-Whirlwanne bei Kerzenschein
- Ein kuscheliges Himmelbett für ein paar romantische Momente
- Entspannung zu Zweit im „Luis Trenker Wärmekammerl“
- Dazu servieren wir kulinarische Leckereien und prickelnden Südt. Sekt

2 Stunden Einsamkeit  
für 2 Personen, 120 €



## Alpine Gesundheitsbäder

### HEUBLUMEN & WACHOLDER

#### Müdigkeit nach dem Sport

Fühlen Sie sich wie neu geboren, entspannt und gestärkt. Auserlesene Kräuter von hochalpinen Südtiroler Bergwiesen und die magische Kraft des Bergwacholders lassen die Müdigkeit eines schönen Tages vergessen.

90 Min., für 1 Person

100 €



### ALPENFANGO MIT LATSCHENKIEFER

#### Endgiftend und belebend

Für Liebhaber alpiner Tradition ein „Wellness-Muss“. Die Latschenkiefer duftet außergewöhnlich alpin, fördert in Kombination mit natürlichen und feinkörnigen Sedimenten die Entgiftung über die Haut und wirkt belebend und stärkend, die Basis für eine schöne und gesunde Haut.

90 Min., für 1 Person

100 €



# Vitalität, Kraft und Regeneration

## Gutes aus der Naturapotheke

Evi, ausgebildete Vitalmasseurin im Alpenblick, lässt es sich nicht nehmen, die Kräuter für das jeweilige Massage-Öl oder Pflegecreme selbst zu pflücken. Bei ihren Wanderungen durch die Sextner Dolomiten stößt sie immer wieder auf die wertvollen „Helferlein“, die ihre natürliche Wirkung bei Körperanwendungen wie klassische Massage, Sportmassage, Dorn Breuss, Fußreflexzonen-Massage, Lymphstimulierende Massage oder Alpine Kräutermassage entfalten.

Auf sonnigen Almwiesen, zwischen Felsspalten oder am Waldesrand. Südtirols Berg- und Almkräuter bereichern die alpine Pflanzenwelt in unserer Heimat. Dabei sind die teils farbenfrohen und faszinierenden Blumen und Gewächse nicht nur schön anzuschauen, sie fördern mit ihren typischen Eigenschaften das menschliche Wohlbefinden. Von Generation zu Generation ist die Tradition des Kräutersammelns überliefert und damit auch das Wissen um die Heilkraft der Kräuter.

## Massagen für Ihre Gesundheit

### **MASSAGE ALPIN MURMELTIERÖL** **Öl des Lebens**

Ganzkörpermassage mit wertvollem Murmeltieröl, die die Tiefenentspannung anregt und Sie den Alltagsstress vergessen lässt.

50 Min. pro Person **65 €**

### **MASSAGE LATSCHEN- UND WALDKIEFER** **Verkrampfte Muskeln**

Die herrlich alpin duftende Massage fördert die Durchblutung, stärkt und sorgt für einen guten Teint.

50 Min. pro Person **65 €**

### **MASSAGE BERG-HEUBLUMEN UND WACHOLDER**

#### **Müdigkeit nach einem aktiven Tag**

Schöpfen Sie neue Kraft und schenken Sie Ihrem Körper Entspannung und Stärke.

50 Min. pro Person **65 €**

### **MASSAGE ALMTHYMIAN UND ZIRBELKIEFER**

#### **Regeneration für Muskel und Gelenke**

Tonifiziert und entgiftet Ihren Körper; verleiht Ihrer Haut neue Frische und stärkt die Nerven.

50 Min. pro Person **65 €**

### **MASSAGE ALPIN ARNIKAÖL** **Nach allen sportlichen Aktivitäten**

Die Arnika ist eine sehr beliebte und bekannte Heilpflanze. Die Arnikaölmassage besitzt eine hohe Tiefenwirkung, erhöht die Durchblutung und wirkt erfrischend und belebend. Hilft bei Zerrungen, Prellungen, Verstauchungen und Muskelkater.

50 Min. pro Person **65 €**

### **MASSAGE RINGELBLUME UND KAMILLE**

#### **Bei empfindlicher und gereizter Haut**

Ideale Pflege für strapazierte Haut. Gönnen Sie sich diese alpine Schönheitsmassage, beruhigend und regenerierend zugleich.

50 Min. pro Person **65 €**

### **MASSAGE ALPIN JOHANNISKRAUTÖL** **Balsam für Haut und Seele**

Die Heilpflanze wirkt beruhigend bei Erschöpfung, nervösen Beschwerden, Narbenbildung, Sonnenbrand und Hautrissen.

50 Min. pro Person **65 €**



## Klassische Massagen

### **ALPENBLICKS** **ANTISTRESS-MASSAGE**

Ganzkörpermassage mit wertvollen Alpinkräuterölen, die die Tiefenentspannung anregt und Sie den Alltagsstress vergessen lässt.

50 Min. pro Person **60 €**

### **MANAGER-MASSAGE**

Effektive Massage für Nacken- und Schulterbereich. Empfehlenswert für alle, die viel am Schreibtisch arbeiten.

50 Min. pro Person **60 €**

### **ALPINE KRÄUTERSTEMPELMASSAGE**

Durch die warmen Kräuterstempel werden die Wirkstoffe effektiv über die Haut aufgenommen. Blockaden an den Energiepunkten werden gelöst, neue Vitalität fließt durch den Körper. Die Kräuterstempelmassage hat eine stark entspannende, regenerierende, entschlackende, reinigende und durchblutungsfördernde Wirkung.

50 Min. pro Person **80 €**

### **FUßZONENSTIMULIERENDE MASSAGE**

50 Min. pro Person **69,00 €**

### **LYMPHSTIMULIERENDE MASSAGE** **Sehr sanft, sehr entspannend**

Durch eine zarte Streich- und Pumpmassage wird das gesamte Lymphsystem angeregt. Das mindert Schwellungen und Stauungen, der Körper entschlackt.

50 Min. pro Person **69,00 €**

# Vitaler Genuss

## Informationen rund ums Kulinarium

### GOURMET- FRÜHSTÜCK

Beginnen Sie den Tag mit einem guten Frühstück. Wählen Sie von unserem reichhaltigen Frühstücksbuffet von 7.00 bis 10.30 Uhr, unter anderem mit Brotbuffet, süßen Verführungen und Körner-Vitalecke. Außerdem können Sie sich mit verschiedenen Eierspeisen und süßen Crêpes in unserer Showküche bedienen.

### LANGSCHLÄFERFRÜHSTÜCK

Für die, die lieber länger schlafen, bieten wir ein kleines Langschläferfrühstück bis 11.00 Uhr an der Bar.

### ZIMMERSERVICE

Gerne servieren wir Ihnen Ihr Frühstück auch ins Zimmer. Für diesen Service berechnen wir 15 €.

### NACHMITTAGSJAUSE

Von 15.00 bis 17.00 Uhr verwöhnen wir Sie mit einer Nachmittagsjause in unserer Hausbar. Es erwartet Sie, ein Kuchenbuffet mit Klein-Pâtisserie aus unserer hoteleigenen Pâtisserie, Klassiker wie Südt. Apfelstrudel, Topfenstrudel & Buchweizen-torte sind ein zusätzliches Muß, sowie Salziges für den kleinen Hunger für zwischendurch.

Die Nachmittagsjause ist am Abreisetag nicht mehr im Preis inklusive, aber gegen einen Aufpreis von 10 € pro Person können Sie sie gerne nochmals genießen. Bitte geben Sie an der Rezeption Bescheid.

### ALPENBLICK'S BISTRO

Von 12.00 bis 14.30 Uhr

Leicht & Fein Sommergerichte für Zwischen durch. Genießen Sie auf unserer Hotelterrasse oder an der Hausbar unsere Gaumenfreuden.

### GOURMET-DINNER

Von 19.00 bis 20.30 Uhr verwöhnt Sie unser Küchenteam mit raffinierten Menükreationen. Da wir alle unsere Speisen frisch zubereiten, bitten wir Sie, pünktlich zu den Mahlzeiten zu erscheinen.

### EINLADUNGEN

Gerne können Sie zum Abendessen weitere Gäste einladen. Der Preis beträgt 45 € pro Person ohne Getränke. Wir bitten um frühzeitige Anmeldung an der Rezeption.

### BAR

Öffnungszeiten  
von 8.00 bis 24.00 Uhr



# Bistrokarte

## Knackiges aus dem Bauerngarten

### BUNTE SALATBOWLE\*

mit allerhand aus dem Bauerngarten, Apfelbalsamicodressing

Nach Wahl ...

... mit frischen Apfelstücken,

Nüssen, und gehobeltem

Sextner Hartkäse . 11,00

... mit saftig gebratenen Streifen

von der Bauerngockelbrust

und Kürbiskernen . \* 14,00

... mit Ziegenkäse vom Unterolthof,

gebratenen Pilzen und

Wildkräuterpesto . 14,00

... mit unserem

hausgeräuchertem Lachs

und Grillgemüseauswahl . \* 14,50

## Aus unserer Antipasti Ecke

### KLASSISCHES BEEF TATAR VOM ALM VIEH\*

mit Essiggemüse, getoastetem Graubrot, Almbutter . 18,50

### TOMATE MOZZARELLA „SCHEITERHAUFEN“ „TIROLIANSTYLE“\*

Heumilchmozzarella, Basilikumcrostini, Tomate, Basilikum . 15,50

### MARENDEBRETTL VON SEXTNER ORIGINALEN\*

Bauernspeck, Kaminwurze, Bergkäse der Sennerei Sexten . 14,80

### BERGSTEIGER TOAST\*

Schwarzbrot, Bergkäse, Speck, Dip, kleine Salatauswahl . 14,50



## Ein Teller voller Geschmack ...

### HAUSGEMACHTE BRENNESELGNOCCHI

mit eingelegten Waldpilzen, Bergkäsehobel und Feldsalat . 15,00

### EIN FENSTER VOLL KNÖDEL

3erlei Knödel, Sextner Almkas, braune Almbutter, Krautsalat . 14,50

### HAUSGEMACHTE PAPPARDELLE\*

Wildragout, gerösteter Bauchspeck, Räucherricotta, Pilze . 15,50

### HAUSGEMACHTE PENNE VOM REGIOKORN\*

mit Tomatensauce oder Bologneser Art . 12,00

## Zur Hauptsach

### WIENER SCHNITZEL VOM KALBSRÜCKEN AUS DER BUTTERPFANNE

mit Pommes oder Kartoffelsalat und Preiselbeeren . 18,90

### TAGLIATA VOM ALMOCHSEN (220 g)\*

mit Tomaten, Rauke, Hartkäsehobel . 22,00

## Was Süßes ...

### WAFFELN NACH OMAS REZEPT

mit Vanilleeis und eingelegten Waldheidelbeeren . 8,50

### ALPENBLICKS AFFOGATO

hausgemachtes Vanilleeis, Schokolikör, Espresso . 4,50

### TÄGLICH

Von 12.00 bis 14.30 Uhr

## Alpenblick's BISTRO



\*

Gekennzeichnete Gerichte können glutenfrei zubereitet werden. Bei einer Laktoseunverträglichkeit oder anderen Allergien bitten wir Sie höflichst uns dies bei der Bestellung mitzuteilen, um auf Ihre Bedürfnisse eingehen zu können.

# It's aperitivo time!

Täglich an unserer Hausbar  
von 18.30 bis 20.00 Uhr



## Apero - Ingwer Spritz

Apero Ingwer Spritz ist ein angesagter Sommercocktail. Als Basis dient dem würzigen Longdrink natürlich der leckere Bitterlikör Aperol, der von den beiden Barbieri Brüdern in der Nachkriegszeit in Italien auf den Markt gebracht wurde. Bekannt durch den auf der ganzen Welt gern getrunkenen Aperol Spritz, ist die hier vorgestellte Variante ein wahres Highlight. Der mit ins Glas gegebene Rosmarin Zweig gibt dem Aperol - Ingwer Spritz seinen letzten Schliff - nicht nur fürs Auge ein wirklicher Genuss!

### Vor dem Abendessen ist Aperitif-Zeit!

Der Aperitif vor dem Abendessen hat auch im Alpenblick schon längst Tradition. Zum Glas Sekt, Prosecco oder Bier servieren wir an der Hausbar raffiniertes Fingerfood.

Genießen Sie Lebensart à la italiana!



# Spitzenqualität aus nachhaltigem Anbau

## Kaffee genießen und dabei die Umwelt schützen

Mit der Sommelier-Linie von der Südtiroler Rösterei Caroma bringen wir unser Nachhaltigkeitskonzept an die Hausbar. Der verführerische Duft stammt von erlesenen Kaffeebohnen, die ökologisch nachhaltig angebaut wurden. Die kontrollierte und zertifizierte Herkunft garantiert 100% Arabica Rohkaffee höchster Güte: Leichte Säure und zartes Aroma nach Walnüssen und Schokolade zeichnen diese Spitzen-Linie aus.



## BIO, FAIRTRADE, SLOWFOOD

**ALLE ROHKAFFEES,  
DIE VON UNSEREM KAFFEE-  
LIEFERANTEN CAROMA  
VERWENDET WERDEN,  
MÜSSEN LÜCKENLOS  
RÜCKVERFOLGBAR SEIN.**

Als Partner eines Kaffeeprojektes in Capucas, Honduras, in Zusammenarbeit mit der Genossenschaft Cocafcal, verfolgt Caroma gemeinsam mit 25 anderen Mitgliedern das Ziel, hochwertigen Qualitätskaffee nachhaltig anzubauen und Wissen weiterzugeben. Die Kaffeebohnen werden auf den zwei Hochland-Plantagen „Rio Colorado“ und „Finca el Mirador“ von den Bauern vor Ort angebaut – auf umweltschonenden Weise und im Einklang mit der Natur.

## Warmflüssige Verheißung



Mit viel Sorgfalt, Liebe zum Detail, viel Geduld und Fachkompetenz werden bei unserem Partner Monthea Früchte und Kräuter höchster Qualität angebaut. In der Sonne gereiftes Obst und in den Bergen gewachsene Kräuter dürfen so lange gedeihen, bis der richtige Zeitpunkt gekommen ist. Erst dann wird geerntet und schonend weiterverarbeitet. Das Ergebnis? Harmonische Teemischungen mit intensivem Geschmackserlebnis, die sich schmecken lassen können.



# Sport und Fun



## Im Bikehotel Alpenblick stehen alle Zeichen

„Aufregend, herausfordernd, vielfältig – so schön!“ beschreiben wir, Sabine und Markus, Gastgeber des Hauses, unsere Leidenschaft fürs Biken. Wir mögen's felsig und hochalpin! Gehörst auch Du zu jenen Bikern, denen es allein schon beim Gedanken an flowige Trails und herausfordernde Passagen in den Waden kribbelt? Die Fahrspaß mit Naturgenuss kombinieren? Als Mitglied von „Mountain Bike Holidays“ und Mitbegründer der „Bike Academy – Sextner Dolomiten“ bist du bei uns in besten Händen. Wir und die lokalen Guides zeigen dir die schönsten Plätze unserer Heimat und geben unser Wort, dass jede Tour zu einem einzigartigen Erlebnis wird. Als Bikehotel sind wir auf deine Ansprüche als Biker spezialisiert und noch mehr.



Sabine Lanzinger,  
Gastgeberin



Markus Lanzinger  
Bike- und Enduro-Guide



## Rückenwind aus der Steckdose

Erleben Sie ein völlig neues Fahrgefühl mit unseren neuen E-Bikes von Raymon. Die geländetauglichen Mountainbikes verfügen über einen 250 Watt-Akkumotor von Bosch und 625 Watt Batterie, welcher Ihrem Tritt in die Pedale zusätzliche Energie verleiht. Mit dieser Unterstützung werden steile Bergauffahrten zum Kinderspiel und der Tagesausflug auf zwei Rädern zum Vergnügen für jeden, egal welche Kondition er mitbringt. Aufsteigen und testen!

**NEU! Raymon E- Bikes**  
Leihgebühr für 1 Tag ab 55 € je nach Modell

7x wöchentlich geführte E-Bike-Touren  
(Montag bis Freitag)! Tagespreis: 35 € A3

## Alpenblick's Bikeshop

### EVOC Rucksäcke

Die EVOC FREERIDE SERIES FR ist eine Rucksackserie mit integriertem Rückenprotektor. Die CE zertifizierte Liteshield Back Protector Technology macht aus diesen hochwertigen Bike Rucksäcken eine vollwertige Sicherheitsausrüstung, die Sturzverletzungen verhindern kann. Der FR Rucksack Konzept besticht durch sein niedriges Gewicht, ein FR Rucksack wiegt nicht mehr als ein konventioneller Rucksack und dadurch, dass der Rückenprotektor abnehmbar ist und somit auch separat getragen und ausgetauscht werden kann, falls er beschädigt wurde oder dreckig ist. **Gerne können Sie diesen Rucksack kostenlos testen.**

### IXS Trail RS Südtirol Edition Bikehelm

Der IXS Trail RS Bikehelm in weißer Farbe wurde in einer limitierten Auflage von 500 Stück für die Bikehotels Südtirol produziert. Gerne können Sie den IXS Trail RS bei uns kostenlos testen oder auch in unserem Bikeshop käuflich erwerben. **95 € (kostenlos testen)**

### GPS Garmin Edge 810

Es gibt kaum einen besseren GPS Bike-Computer zur Unterstützung Ihrer Tour. Der Edge 810 ist robust, wasserdicht und hat eine Akkulaufzeit von bis zu 17 Stunden. Der Touchscreen ist sogar

mit Handschuhen und bei Nässe einfach zu bedienen. **Gerne können Sie dieses Gerät mit ca. 35 GPS Touren bei uns testen! 15 € Tagesgebühr**

### IXS Protektoren

Protektoren von IXS für Knie und Ellenbogen. **Gerne können Sie diese exklusiven Protektoren kostenlos testen oder auch erwerben.**

### Alpenblick Bike Guide

Unseren neu erschienenen Alpenblick Bike Guide mit allen Informationen und 35 Traumtouren erhalten Sie an der Rezeption. **8 €**



## Alpenblick Testcenter

### E-MTB MUSS MAN PROBIERT HABEN!

Im hauseigenen Testcenter stehen die neuesten MTBs von Scott und Rocky Mountain sowie E-MTBs von Raymon für deinen „Ausritt“ ins alpine Gelände bereit. Vor allem eine Tour auf einem E-MTB eröffnet unseren Gästen völlig neue Perspektiven! Genussradler oder Racer, Anfänger oder Könner, Biken mit der Unterstützung eines Elektromotors garantiert puren Fahrspaß, nicht nur im Aufwärtsmodus. In Sachen Technik hat sich in den letzten Jahren viel getan, sodass heute das E-MTB auch zum Downhill begeistern kann. Neugierig? Teste die neuesten E-MTBs von Raymon bei einer Schnuppertour.

**SCHNUPPERTOUR TÄGLICH VON 17 BIS 19 UHR,  
E-MTB LEIHGEBÜHR: EURO 20,00**

**E-MTB LEIHGEBÜHR FÜR 1 TAG: AB EURO 55,00**

Du hast deinen Bike-Helm zuhause vergessen? Halb so wild. Zusätzlich stellen wir im Testcenter hochwertiges Bike-Equipment je nach Verfügbarkeit kostenlos zum Verleih bereit. Bike-Rucksäcke von Evoc, Knie- und Ellenbogenschoner, Helme, GPS-Garmin-Geräte, Fahrradschlösser und vieles mehr, solange der Vorrat reicht.

## Private Guiding

### IM BIKEHOTEL ALPENBLICK IST CHEFSACHE

Vielleicht kennst du diese Situation: Du fährst auf deinem Bike, alles ist perfekt, du bist im „Flow“,... aber auf einmal, mitten im Gelände, wirst du ausgebremst. Du kannst nicht mehr weiter und musst von deinem Bike runter. Oder du bist auf der Suche nach einem neuen Trail, weißt aber nicht, wo sich dieser in der Bikeregion Sextner Dolomiten befindet. Wir wissen nur zu gut, in solchen Situationen wird die Biketour schnell zu einem Reinfluss. Damit dir sowas während deines Urlaubs im Alpenblick nicht passiert, stellen wir dir gerne auf Wunsch einen Private Guide zur Seite. Mit ihm erreichst du garantiert planmäßig und ohne böse Überraschungen das Ziel – und noch besser: Das Erlebnis steigert sich von Höhenmeter zu Höhenmeter, da die Tour perfekt auf dein Leistungslevel abgestimmt ist.

### EXKLUSIVE PRIVAT GUIDING

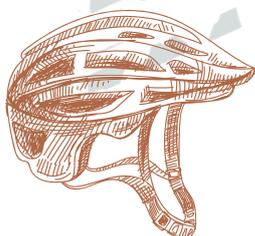
mit Gastgeber Markus, mit MTB oder E-MTB:

DAUER	PREIS	
<b>Ganzer Tag (6 h exkl. Mittagessen)</b>	1 Pers. <b>160 €</b>	+ Pers. <b>25 €</b>
<b>Halber Tag (3 h)</b>	1 Pers. <b>100 €</b>	+ Pers. <b>20 €</b>

### DU FÄHRST GERNE IN DER GRUPPE?

5x wöchentlich bieten wir geführte E-MTB Touren mit einem Guide an.

pro Pers.  
**35 €**



## Auf eigene Faust durch das Reich des UNESCO Weltnaturerbes Dolomiten?

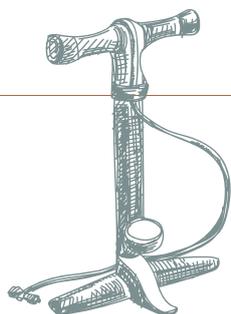
Am Bike-Info-Corner an der Rezeption liegen sämtliche Informationen zum Bikehotel Alpenblick auf, sowie umfangreiches Material über die Bikeregion Sextner Dolomiten wie Übersichtskarten, Tourenbeschreibungen und -programm. Frage weiters nach Insider-Tipps von Gastgeber Markus! Als ausgebildeter Bikeguide berät er dich kompetent bei der Routenwahl und hilft dir deine Lieblingstour zu finden. Denn: Kondition und technische Fähigkeiten sind hierbei entscheidend.



# Für unsere Bikefreunde

## Bike-Stadel & Bikeshop

Vor Regen, Wind und allzu neugierigen Blicken geschützt. In unserer zur Bikegarage umfunktionierten alten Scheune am Alpenblick, kannst du dein heißgeliebtes MTB oder E-MTB getrost abstellen. Der Bike-Stadel ist größtenteils alarmgesichert und videoüberwacht. Helm und Co. lässt du am besten gleich im abschließbaren Schrank, darin ist dein Bike-Equipment bis zur nächsten Tour gut aufgehoben. Dein Bike hat einen Waschgang und extra Check nötig? Im Bike-Stadel gibt es einen eigenen Bike-wash-Bereich und du findest hier außerdem das nötige Werkzeug, damit du jederzeit selbst kleinere Reparaturen vornehmen kannst. Spezielles Zubehör findest du im Bikeshop an der Rezeption: ob Bremsbeläge, Schläuche, Kettenschlösser, Kettenöl, ... mit diesen Basics bringst du dein Bike im Nu wieder in Schuss. Du benötigst die Hilfe eines Experten? Gerne übernehmen wir die Reparatur. Melde dich dafür einfach an unserer Rezeption.



## Alpenblick Bike „PLUS“

### alle Vorteile im Blick:

#### INKLUSIVE

- Testcenter mit kostenlosem Verleih von Bike-Equipment
- **Einrichtung** zum Trocknen von Bikekleidung und Schuhen
- Download der Touren für das persönliche GPS-Gerät
- Bike-Stadel (verschließbar und alarmgesichert) mit Service-Ecke mit Werkzeug, Montageständer, Pumpe usw. sowie Waschplatz für dein Bike

#### GEGEN GEBÜHR

- Täglich geführte MTB & E-MTB Touren
- Testcenter mit Verleih von MTB & E-MTB
- Professioneller Reparaturservice
- Wäscheservice für Bikebekleidung



## MTB Programm

### MONTAG

- MTB-Tour-Erlebnis zu den „Sextner Bergalmen“ mit Besuch bei Hannes & Martina auf der „Klammbach-Alm“ 45,00/35,00 € | Start 10.00 Uhr
- EMTB Tour am Fuße des Pfannhorns zur Silvesteralm und über den Burgweg zum Gasthof „Alte Säge“ zurück nach Sexten/Moos zum Bikehotel Alpenblick 45,00/35,00 € | Start 10.00 Uhr

### DIENSTAG

- Must have für Trailbiker“ Single Trail Giro Tour 5 Bahnen & 5 Berge 55,00/40,00 € (+ Seilbahnticket) | Start 09.00 Uhr
- Fahrtechnik-Kurs „Learn & Ride“ mit anschließender Übungstour 45,00/35,00 € | Start 10.00 Uhr
- EMTB Highlight Tour auf dem Monte Spinatrail ins benachbarte „Veneto“ **TIPP!** Euro 45,00/35,00 € (+ Seilbahnticket) | Start 10.00 Uhr

### MITTWOCH

- „Top of the Stoneman“ The Demuth-Trail es begleitet Sie Roland Stauder 45,00/35,00 € (+ Seilbahnticket) | Start 10.00 Uhr
- Rock the „KRONPLATZ“ 60,00/50,00 € (inklusive Shuttle + Seilbahnticket) | Start 08.45 Uhr
- EMTB Tour auf die Plätzwiese das Sonnenplateau der Pragser Dolomiten 45,00/35,00 € | Start 10.00 Uhr

### DONNERSTAG

- „Auf alten Kriegswegen unterwegs“ Trail Tour Marchkinkele mit Shuttle bis zur Lachwiesenhütte **TIPP!** 55,00/45,00 € (inkl. Shuttle + Seilbahnticket) | Start 09.00 Uhr
- „EMTB- Erlebnis - Tour zu den Bergalmen mit Einkehr auf der „Coltrondo-Alm“ 45,00/35,00 € | Start 10.00 Uhr

### FREITAG

- Der Klassiker“ in den Sextner Dolomiten „Monte Arnese“ mit Single Trail und „Drei Zinnen-Blick“ zur Klammbachalm mit Unterstützung der Helmbahn 45,00/35,00 € (+ Seilbahnticket) | Start 10.00 Uhr
- EMTB Traumtour Five Huts im Naturpark Pragser Dolomiten inkl. Shuttle bis Parkplatz S. Umberto 60,00/50,00 € | Start 09.00 Uhr

### SAMSTAG

- „Must have für Trailbiker“ Single Trail Giro Tour 5 Bahnen & 5 Berge 55,00/45,00 € (+ Seilbahnticket) | Start 09.00 Uhr
- EMTB Single-Trail - Tour rund um Sexten 50,00 € (+ Seilbahnticket) | Start 10.00 Uhr

### SONNTAG

- EMTB Tour zu den Bunkern am Arzalpenkopf technischer Teil bis S3 zurück zum Kreuzbergpass **TIPP!!** 60,00 € (+ Seilbahnticket) | Start 10.00 Uhr

## Genuss auf der ganzen Linie

Zurück von einer aufregenden Tour durch die Bikeregion Sextner Dolomiten, darfst du dich auf eine facettenreiche Küche freuen. Inspiriert von bäuerlichen Rezepten kreieren wir aus regionalen, frischen Zutaten täglich einfallsreiche, alpin-mediterrane Kreationen. Unwiderstehlich gut!

# Räder testen im hauseigenen Verleih

Sie haben Ihr Bike zu Hause gelassen? Kein Problem: bei uns im Hotel Alpenblick Bike-Verleih finden Sie bestimmt den passenden Untersatz. Und sie müssen dafür nicht mal aus dem Haus gehen! Wir bieten eine große Auswahl an hochklassigen Mountainbikes mit den verschiedensten Funktionen. Der beste Ansprechpartner in Sachen Räder ist Ihr Gastgeber Markus Lanzinger, der sich seit Jahren mit dem Thema Mountainbike beschäftigt.

## SCOTT GENIUS 730



**Rahmen:** Genius Aluminium  
**Gabel:** Rockshox FOX 34 Float Performance Air | 150 mm  
**Dämpfer:** FOX Nude | SCOTT  
**Bremsen:** Shimano SLX M675 Disc | 180/180 mm  
**Kassette:** Shimano XT CS-M8000 |

11-40 | 11-fach  
**Schaltwerk:** Shimano XT RD-M8000 DSGS 2x11-speed  
**Reifen:** Schwalbe „Noby Nic“ 2,25 x 27,5  
**Sattelstütze:** X-Fusion Hilo Strate Custom  
**Gewicht:** 12,4 Kg

### VERFÜGBARE GRÖSSE (M) (L)

Tag	Euro
1	40 €
2	78 €
3	114 €
4	148 €
5	180 €
6	210 €
7	240 €

## ROCKY MOUNTAIN SLAYER 750 MSL FULLY



**Rahmen:** SMOOTHWALL™ Carbon C13 Frame. Full Sealed Cartridge Bearings. Press Fit BB. Internal Cable Routing. ISCG05 Tabs. RIDE-4™ Adjustable Geometry  
**Gabel:** RockShox Lyric RC 170mm  
**Dämpfer:** RockShox Super Deluxe Debonair RC3 165 mm

**Bremsen:** Shimano SLX 203/180mm  
**Kassette:** Shimano XT 11-42T 11spd  
**Schaltwerk:** Shimano XT Shadow Plus Direct Mount 1x11spd 32T  
**Reifen:** Maxxis DHF 27.5 x 2.5 Folding  
**Sattelstütze:** Race Face Turbine Dropper 30.9mm  
**Gewicht:** 12,5 Kg

### VERFÜGBARE GRÖSSE (M) (L)

Tag	Euro
1	50 €
2	96 €
3	142 €
4	185 €
5	225 €
6	262 €
7	299 €

## ROCKY MOUNTAIN ALTITUDE 770 MSL FULLY



**Rahmen:** FORM 7005 Series Custom Hydroformed Alloy. ABC + BC2 Pivots & Grease Ports.  
**Gabel:** Fox 34 Float Fit4 160mm  
**Dämpfer:** Fox Float DPS Kashima Remote Custom Valved. SmoothLink Design 150mm. Rebound/Remote Firm - Medium - Open Settings/EVOL Air Sleeve  
**Bremsen:** Shimano XT Hydraulic Disc 180 mm

**Kassette:** Shimano XT 11-42T 11spd  
**Schaltwerk:** Shimano XT Shadow Plus Direct Mount 1x11spd 32T  
**Reifen:** Maxxis F: Minion DHF EXO Folding 27.5" x 2.30" R: Ardent EXO Folding 27.5" x 2.4"  
**Sattelstütze:** RockShox Reverb Stealth 30.9mm x 355-420 mm  
**Gewicht:** 12,5 Kg

### VERFÜGBARE GRÖSSE (M) (L)

Tag	Euro
1	40 €
2	78 €
3	114 €
4	148 €
5	180 €
6	210 €
7	240 €

## ROCKY MOUNTAIN „GROWLER“ 730 27,5+



**Rahmen:** Rocky Mountain 6061 Series Custom Hydroformed Alloy. Threaded BB  
**Gabel:** Suntour XCM32 Coil 120 mm  
**Bremsen:** Shimano M355 180 mm

**Kassette:** Shimano HG-300 12-36T  
**Schaltwerk:** Shimano Alivio 1x11 T28  
**Reifen:** WTB Ranger 3.0 XXS - XS: 26"/S-XXL: 27.5"  
**Gewicht:** 11,00 Kg

### VERFÜGBARE GRÖSSE (M) (L)

Tag	Euro
1	25 €
2	46 €
3	66 €
4	86 €
5	105 €
6	120 €
7	135 €

## SCOTT ASPEKT 750



**Rahmen:** Aspect 700 series Alloy 6061 Performance geometry Internal cable routing  
**Gabel:** Suntour XCT-HLO 27.5 Lockout, 100 mm travel  
**Bremsen:** Tektro SCH-F15 Hydr. Disc 160mm

**Kassette:** Shimano CS-HG31-8l 11-32 T  
**Schaltwerk:** Shimano Altus RD-M370 24 Speed  
**Reifen:** Schwalbe Rocket Ron/2.1 67EPI Foldable/Kevlar Bead  
**Gewicht:** 14,20 Kg

## VERFÜGBARE GRÖSSE (S) (M) (L)

Tag	Euro
1	25 €
2	46 €
3	66 €
4	86 €
5	105 €
6	120 €
7	135 €

## E-BIKE

## RAYMON „FULL RAY“ 29 150 E. 8.0



**Rahmen:** Aluminium  
**Antrieb:** Yamaha 250 W, 70 NM  
**Akku:** Simplo TPS, 630Wh, 36V, 17,5Ah  
**Gabel:** RockShox 35 Gold RL, DebonAir  
**Stoßdämpfer:** RockShox Deluxe Select+, 230x57 mm

**Akku:** Simplo EnergyTube, 630 Wh, 36 V  
**Reifen:** Schwalbe Nobby Nic, Performance, 65-622, 29x2.6  
**Sattelstütze:** R Raymon, 31,6 mm, Dropper Post

## VERFÜGBARE GRÖSSE (S) (M) (L)

Tag	Euro
1/2	40 €
1	55 €
2	106 €
3	156 €
4	204 €
5	248 €
6	288 €
7	329 €

## E-FAT-BIKE KTM MACINA FREEZE PLUS 10-S DEORE XT



**Rahmen:** Aluminium  
**Antrieb:** Bosch Mittelmotor Performance CX 36 V, 250 NM  
**Batterie:** Bosch Lithium-Ionen 36 V 400 Wh  
**Gabel:** Rockshox „Bluto RL 26-15 80 SA-T“  
**Bremsen:** „Shimano BR-MT 500“ 180/160 mm

**Schaltwerk:** Shimano „Deore XT RD-M8000 Shadow Plus“  
**Reifen:** Schwalbe „Jumbo Jim Evo“ 4.0 x 26  
**Gewicht:** 23,7 Kg

## VERFÜGBARE GRÖSSE (S) (M)

Tag	Euro
1/2	28 €
1	35 €
2	68 €
3	99 €
4	127 €
5	154 €
6	180 €
7	205 €

## KINDER-BIKES

## SCOTT VOLTAGE JUNIOR 24



**Rahmen:** Voltage 24 Disc Junior Octagon tubing Alloy 6061 P.G./IS  
**Gabel:** SR Suntour XCT-JR 24 Disc 50mm travel softer spring setup  
**Bremsen:** Tektro SCM-02 Mech. Disc Brake/160 mm Rotor

**Kassette:** Shimano MF-TZ21 14-28T  
**Schaltwerk:** Shimano Tourney RD-TY300 21 Speed  
**Reifen:** Kenda K1166/24x1.95/22TPI  
**Gewicht:** 13,20 Kg

Tag	Euro
1	20 €
2	36 €
3	51 €
4	64 €
5	75 €
6	86 €
7	96 €

## CONWAY EMS 240 JUGEND, 24“ (2020)



Kinder haben viel Energie und sind oft kaum zu bremsen. Mit dem „eMS 240“ hat CONWAY ein E-Bike auf den Markt gebracht, das die Bedürfnisse von Kindern berücksichtigt. Die Geometrie wurde von den bewährten, nicht motorisierten Kinderbikes von CONWAY übernommen.

**Bremsen:** Tektro „M282 Junior Disc“, 160 mm  
**Schalthebel:** Shimano „Acera SL-M3000“  
**Zahnkranz / Riemenscheibe:** SHIMANO „HG200“, 11-36 Z.  
**Gewicht:** 19,90 Kg

Tag	Euro
1	25 €
2	46 €
3	66 €
4	86 €
5	105 €
6	120 €
7	135 €

# Nach den Gipfeln greifen

## WANDERTIPP

## AUF DEN AUSSERGSELL 2.007 m



Die auf leichten, wenn auch teilweise steilen Pfaden zugänglichen Gsellwiesen sind ein Geheimtipp für Naturliebhaber und Ruhesuchende. Sie breiten sich an den Hängen zweier fast gleich hoher Bergkuppen aus, die sich unter dem mächtigen Bergaufbau der Dreischusterspitze erheben.

Ruhe – Einsamkeit und Stille gepaart mit herrlichen Panoramen. Verpflegung muss mitgenommen werden, da es keine bewirtschaftete Hütte gibt.

Vom Hotel ausgehend ausgehend überqueren wir westwärts den Talboden, erreichen in kurzem Anstieg die Ruine des alten Sperrforts Haideck (1413 m) und queren der Markierung 1 A folgend die Wald- und Wiesenhänge südwärts bis zur Kreuzung mit Weg 12. Nun auf diesem durch Wald steil empor, **über den Bärtsbach** und weiter hinauf, bis sich der Wald lichtet. Ein Brunnen dort trägt die Inschrift „Alle Wasser der Erde singen das Lied der Freude“, und es ist wirklich eine Freude, hier den Durst zu löschen. Wenig später überqueren wir das Wassertal und kommen zu einer Wegkreuzung. Nun steigen wir links in mehreren Windungen auf dem schattigen Waldweg steil hinauf zu den ersten Bergwiesen und auf schmalen Pfad bis auf den höchsten Punkt der Innergswiesen, den „Rossehimmel“ (2065 m;

Innergswell). Von da bietet sich ein herrlicher Blick zur gewaltigen Bergkulisse der Sextner Bergsonnenuhr, zu den Zentralalpen sowie ins Sexten- und Pustertal. - Dann steigen wir auf dem Fußpfad 12 westwärts kurz ab, queren die Geröllhalde unter dem Gsellknoten und erreichen in kurzem Gegenanstieg den Außergswell (2004 m) mit den gleichnamigen Wiesen und einer privaten Hütte.

**TIPP:** Andreas ist fast täglich auf seiner Alm-Hütte anzutreffen, gegen eine freiwillige Spende schenkt er gerne einen Grappa oder auch ein Getränk auf und freut sich mit jedem der vorbeikommt einen kleine „Ratscher“ zu machen

Der Abstieg führt zunächst über einen breiten Weg (Forststraße) Nr. 12 bis zu einem flachen Boden, wo der Weg 12 B Richtung Osten abzweigt hinunter zu den „Frohne“ genannten Wiesen und über Sexten, zum Ausgangspunkt zurück.



## Sommer-Info

### WANDERTIPPS UND INFO

An der Rezeption finden Sie eine Infomappe mit Wandertipps

### GEFÜHRTE WANDERUNGEN

Die Alpenschule Drei-Zinnen organisiert wöchentlich geführte Wanderungen durch die Sextner Bergwelt. Die Teilnahme ist kostenlos und wird über das Hotel organisiert. Einfach an der Rezeption Bescheid geben.

### ALPENBLICK OUTDOOR-KARTE

Mit Freizeittipps, erhältlich an der Rezeption (5,00 €)

### WANDERAUSRÜSTUNG

Gratis im Verleih stehen Ihnen Rucksäcke, Teleskopstöcke sowie Regenponchos zur Verfügung.

### LUNCHPAKETE

Wenn Sie ein Lunchpaket für Ihre Wanderungen oder Bikeausflüge wünschen, bestellen Sie es bitte am Vortag an der Rezeption, der Preis beträgt 8,00 € pro Person (bei Wochenpaketen inklusive).

### WANDERSCHUHE

Ihre Wanderschuhe können Sie im eigens dafür vorgesehenen Keller im Haupthaus deponieren.

### 3 ZINNEN MOUNTAIN CARD

Mit der 3 Zinnen Mountain Card können Sie die Aufstiegsanlagen Helm, Rotwand, Stiergarten, Haunold und Sillian Hochpustertal für den von Ihnen gewählten Zeitraum uneingeschränkt nutzen. Zum Kauf wenden Sie sich an die Rezeption.

# Unsere Berge erleben



Alle Informationen zum Wanderprogramm finden Sie im **GUEST NET**.

[alpenblick.guestnet.info](http://alpenblick.guestnet.info)

Losgehen und sich beeindruckt lassen. Die einzigartige Landschaft der Sextner Dolomiten fasziniert in allen Höhenlagen. 4 x wöchentlich gibt es kostenlose geführte Wanderungen. Hier finden Sie einen Auszug aus unserem Wochenprogramm:

- Schalensteine - Waldruhe \*
- Geschichtliche Wanderung Anderter Alpe \*\*
- Lutterkopf Taisten \*\*
- Altensteintal - Dreizinnenhütte \*\*\*
- Kreuzberg - Rotwandwiesen \*
- Almrunde: Coltrondo - Nemes \*\*
- Strudelkopf Plätzwiese Prags \*\*
- Altensteintal - Dreizinnenhütte \*\*\*
- Almrunde: Klamm bach - Nemes \*
- Kriegsgeschichte Arzalpenkopf / Opera 10 \*\*
- Haunoldgebirge \*\*
- Hüttenrunde \*\*\*
- Höfewanderung \*
- Hornischeck \*\*
- Bonnerhütte Toblach \*\*
- Hüttenrunde \*\*\*
- Seikofel \*
- Flora der Dolomiten - Gsellwiesen \*\*
- Lutterkopf Taisten \*\*
- Innerfeldtal - Dreizinnenhütte \*\*\*

Schwierigkeitsgrad:

\*leicht \*\*mittelschwer \*\*\*anspruchsvoll



NEU IM SOMMER 2022:

## Die Sommercard

Mehr Vorteile für mehr spannende Urlaubserlebnisse! Neugierig? Alle Informationen über Ihre Vorteile und Kosten der neuen Sommercard erhalten sie gerne an der Rezeption.

## 3 Zinnen Mountain Card

Mit der 3 Zinnen Mountain Card kannst Du alle geöffneten Aufstiegsanlagen unbegrenzt nutzen (ausgenommen Funbob am Haunold). Der Gültigkeitszeitraum der 3 Zinnen Mountain Card beginnt mit dem ersten Drehkreuzzugang. Achtung: Kontrolliere bitte immer die aktuellen Öffnungszeiten der Bergbahnen.

	1 Day		3 in 4 Days		5 in 7 Days		5 in 10 Days	
	Kassa	Online	Kassa	Online	Kassa	Online	Kassa	Online
<b>Erwachsene</b>	40 €	37,50 €	54 €	51 €	69 €	65 €	80 €	75 €
<b>Junior</b>	26,50 €	28 €	38 €	35,50 €	48 €	45 €	56 €	52,50 €
<b>Family *</b>	111 €	105 €	149 €	141 €	189 €	179 €	219 €	205 €
<b>Bike Transport pro Person</b>	inkl.	inkl.	+ 20 €	+ 18 €	+ 25 €	+ 23 €	+ 30 €	+ 28 €

\* Family = 2 Erwachsene und mind. 2 Junioren; Kinder unter 8 Jahren gratis



# Hausgemachte Geschenke

Möchten Sie gerne ein Geschenk mit nach Hause nehmen, dann lassen Sie uns das gerne wissen. Wir machen Ihnen ein schönes Geschenk daraus!



## SALZ IM BUTTERFASS Kräutersalz

Leckere, hausgemachte Salzmischung im Holz-Butterfass. Etwas besonderes aus Ihrem Urlaubshotel!

200 g 9,50 €



## KRÄUTERSALZ IM EINWECKGLAS Kräutersalz

Leckere, hausgemachte Salzmischung im Einweckglas. Etwas besonderes aus Ihrem Urlaubshotel!

200 g 14,50 €



## ALPINER TEE Kräutersalz

Leckere, hausgemachte Salzmischung im Holz-Butterfass. Etwas besonderes aus Ihrem Urlaubshotel!

200 g - 300 g 16,00 – 19,50 €



## SCHLÜSSELANHÄNGER

Leckere, hausgemachte Salzmischung im Holz-Butterfass. Etwas besonderes aus Ihrem Urlaubshotel!

15,00 €



## HERZEN BILDER

### Sie lieben Herzen?

Frau Sabine Lanzinger hat in den letzten Monaten liebevoll diese Bilder erschaffen. Es gibt sie in verschiedenen Größen.

45,00 – 99,00 €



## BEMALTE GLASFLASCHEN

### von Sabine selbst bemalt

Die Glasflaschen können sehr gut zu Dekozwecken oder auch zum Abfüllen von zum Beispiel selbstgemachten Getränken verwendet werden. Ist doch auch ein toller Geschenkettipp, oder?

19,00 €

# Infos A-Z

## ABREISE

Ihre Zimmerrechnung können Sie am Abend vor der Abreise von 19.00 bis 21.30 Uhr oder am Abreisetag ab 09.00 Uhr begleichen. Wir bitten Sie, Ihr Zimmer bis 10.00 Uhr frei zu machen. Auf Anfrage ist ein Late Check-Out bis 18.00 Uhr möglich, mit einem Aufschlag von 50% des Zimmerpreises. Es ist auch möglich, am Abreisetag die Wellnessanlage mit Bergsee bis 18.00 Uhr zu benutzen, inklusive Nachmittagsjause, gegen einen Aufpreis von 35 € pro Person.

## ABSCHLEPPDIENST TOBLACH

Pustertalerstraße 7b  
Tel. 328 769 38 79 / Tel. 329 933 02 85

## APOTHEKE SEXTEN

Dolomitenstraße 23  
Öffnungszeiten: MO – FR 08.30 – 12.00 & 15.00 – 19.00 Uhr / Tel. 0474 710460

## ALLGEMEINER NOTRUF

Rettungsdienst, Notarzt,  
Feuerwehr, Bergrettung  
Tel. +112

## ARZT

Dr. Karl Mayr  
Lanerweg 13  
Tel. 0474 710 407  
MO – FR 08.00 – 12.00 Uhr  
MO – DO 16.30 – 18.00 Uhr

Innichen: Erste Hilfe im Krankenhaus  
Innichen, Tel. +39 0474 917 111  
(nur für dringende Fälle)

## AUTOVERLEIH

Auto Kirchlner  
Pizachstraße 27, Innichen  
Tel. 0474 913 276

## BAHNHOF INNICHEN

Tel. 0474 913 224  
Grüne Nummer: 840000471

## BIKEACADEMY SOMMER

an der Talstation Sexten Helm  
Öffnungszeiten: 08.30-12.00 Uhr & 15.00  
–19.00 Uhr - Sonntag geschlossen  
Juli und August auch Sonntags geöffnet.  
Änderungen je nach Wetterlage  
vorbehalten.  
Tel. +39 342 747 68 68

## FISCHEREI

Fischereierlaubnis:  
Sport Mode Kiniger  
Dolomitenstraße 31  
Tel. 0474 710 433

Hotel Mondschein  
Dolomitenstraße 5  
Tel. 0474 710 322

Garni Bergsteiger  
Dolomitenstraße 29  
Tel. 0474 710 417

## FRISEUR\*IN

Villgrater Heinz  
Moos Tel. 0474 710 394  
Sexten Tel. 0474 710 336

## Salon Hairrichtn

Sexten Tel. +39 370 138 4501

## FUNDBÜRO

Gemeinde Sexten, Dolomitenstraße 9  
Tel. 0474 710 323

## GUEST-NET

In Echtzeit erhalten Sie alle Informationen über das Hotel Alpenblick und die Umgebung.  
[alpenblick.guestnet.info](http://alpenblick.guestnet.info)

## GESCHÄFTE

Öffnungszeiten: 08.30 – 12.00 Uhr & 15.00 – 19.00 Uhr

## INTERNET

Im gesamten Haus surfen Sie kostenlos über eine Wireless-Lan-Verbindung. Sie können sich direkt mit Ihrem Notebook einwählen und benötigen keinen Zugangscod.

## MECHANIKER

Mair Christian  
Dolomitenstraße 4  
Tel. 0474 710 369

## MUSEEN

Museum Bellum Aquilarum  
Ausstellung „Spuren der Geschichte“  
Öffnungszeiten: Juni bis Oktober  
Juli/August jeweils  
DI – SA: 16.00 - 18.00 Uhr  
Juni/September jeweils  
DI, DO, SA: 16.00 – 18.00 Uhr

Krippenausstellung  
vom 13.06. bis 18.10.2021  
Öffnungszeiten:  
DI – SO: 8.00 – 18.00 Uhr  
im Hotel Mondschein  
kostenlos/ohne Anmeldung

Museum Rudolf Stolz  
Ende Juni bis Anfang Oktober 2021  
Öffnungszeiten:  
MI, FR, SA: 16.00 – 18.00 Uhr  
SO: 15.00 – 18.00 Uhr

## PARKPLATZ FISCHLEINTAL

Parkgebühr:  
Die 1. Stunde 2 €, jede weitere Stunde  
1,50 € – Tagestarif ab 5 Stunden 8 €

## POSTAMT SEXTEN

Dolomitenstraße 9  
Tel. 0474 710 311  
Öffnungszeiten:  
MO-FR 08.20 – 13.45 Uhr  
SA 08.20 – 12.45 Uhr

## TAXI SEXTEN

Holzer Remo  
Tel. 0474 710 650 / 348 382 39 88

Myline Shuttleservice  
Tel. 345 569 40 86

Rogger Günther,  
Tel. 348 842 37 79

Busunternehmen Holzer  
Tel. 0474 710 309

## TELEFON

Telefonieren können Sie direkt vom Zimmer aus, indem Sie eine Null vorwählen. Wir weisen Sie darauf hin, dass am Abend vor der Abreise die Freileitung blockiert wird. Bitte geben Sie an der Rezeption Bescheid, wenn Sie noch telefonieren möchten.

## VERKEHRSMELDEZENTRALE

Tel. 0471 200 198

## WECKER

Unsere Rezeption übernimmt jederzeit den Weckdienst für Sie.

## ZAHNARZT

Innichen: Dr. Wilhelm Sulzenbacher, St.  
Michaelsplatz 9, Tel. 0474 913 718  
Toblach: Dr. Giuseppe Cascavilla, Schul-  
platz 5, Tel. 0474 745 554 /  
335 843 63 55  
Niederdorf: Dr. Herbert Campidell,  
Parkstraße 3, Tel. 0474 745 300

## ZEITUNGEN

Bestellen Sie Ihre Lieblingszeitung einfach am Vortag an der Rezeption und sie liegt am nächsten Tag auf Ihrem Frühstückstisch.

## HOTEL ALPENBLICK

St.-Josef-Straße 19  
I-39030 Moos bei Sexten  
Tel. 0039 0474 710 379  
[hotel@alpenblick.it](mailto:hotel@alpenblick.it)  
[www.alpenblick.it](http://www.alpenblick.it)

**Tel. Rezeption:  
9 oder 153**