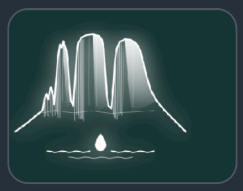
BERGWANDERUNG · NATURPARK DREI ZINNEN · RIENZTAL

Vom Drei-Zinnen-Blick zur Langalm



Dem Wasser entgegen: vom berühmten Aussichtspunkt im Höhlensteintal durch das wilde Rienztal hinauf zur Langalm – zu den Zinnenseen, wo die Rienz entspringt, mit den Nordwänden der Drei Zinnen vor Augen.

TERMIN
nach Vereinbarung
Juni – Sept.

TREFFPUNKT / START
7:30
Drei-Zinnen-Blick

ANMELDUNG
zu vereinbaren
per E-Mail

REINE GEHZEIT
6 Std. 30 Min.

STRECKE
ca. 11,6 km

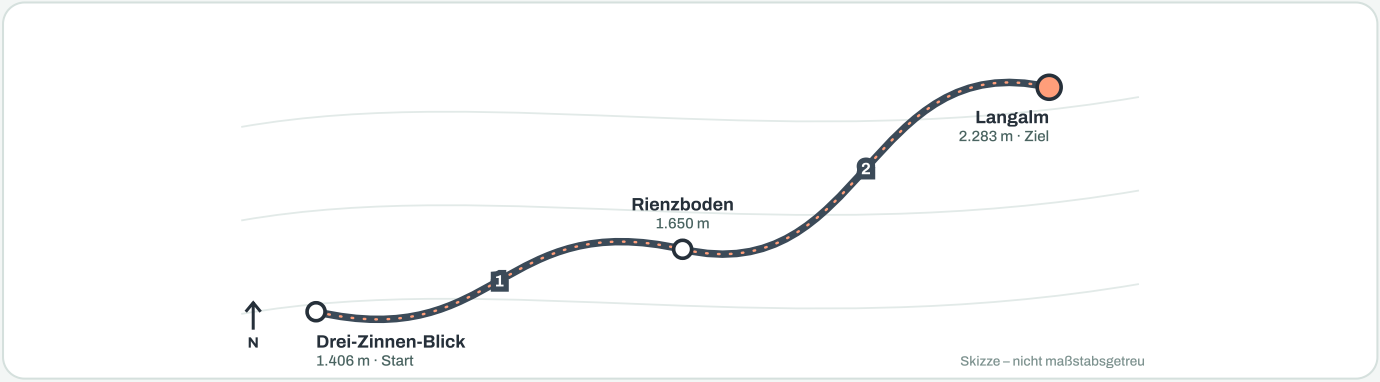
HÖHENMETER
↑ 889 m · ↓ 889 m

SCHWIERIGKEIT
mittel · gute Kondition

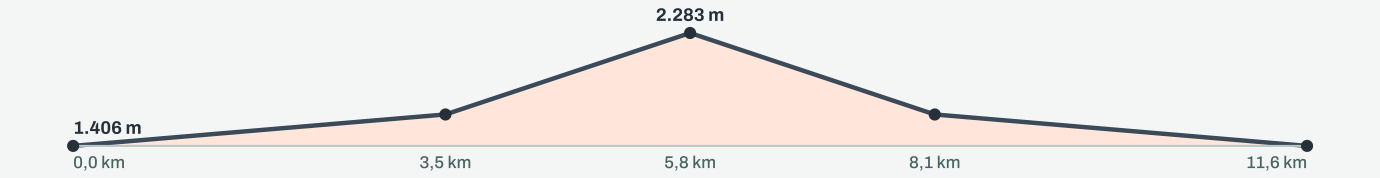
START → ZIEL
Drei-Zinnen-Blick → Langalm → zurück

GRUPPE
2 bis 8 Personen

Wegverlauf



Höhenprofil der Tour (vereinfacht)



Wasser erleben: Bei den Seen der Langalm, unter den Nordwänden der Drei Zinnen, entspringt die Rienz – der Fluss, der durch Toblach und das ganze Pustertal fließt. Im Talboden mäandert sie über weite Schotterflächen.

DEINE WANDERLEITERIN
Anita Mancini

Geprüfte Südtiroler Wanderleiterin · Toblach
anitamancini@me.com · anitamancini.eu

Zeitplan, Preise & Infos auf der Rückseite →

VOM DREI-ZINNEN-BLICK ZUR LANGALM

Zeitplan & Gehzeiten

Ganztag · Juni – Sept.
Drei-Zinnen-Blick → Langalm → zurück

ZEIT	ABSCHNITT / PROGRAMM	KM	↑ M	↓ M	DAUER
7:15	Treffpunkt: **Parkplatz Drei-Zinnen-Blick im Höhlensteintal, beim Dürrensee (1.406 m)**				15 Min.
7:30	1 Drei-Zinnen-Blick (1.406 m) → Rienzboden (1.650 m)	3,5	250	6	**1 Std. 20 Min.**
8:50	*Trink- und Fotopause*				10 Min.
9:00	2 Rienzboden (1.650 m) → Langalm (2.283 m)	2,3	633	–	**2 Std. 25 Min.**
11:25	**Einkehr auf der Langalm – mit Blick auf die Nordwände**				**1 Std.**
12:25	3 Langalm (2.283 m) → Rienzboden (1.650 m)	2,3	–	633	**1 Std. 35 Min.**
14:00	*Trink- und Fotopause*				10 Min.
14:10	4 Rienzboden (1.650 m) → Drei-Zinnen-Blick (1.406 m)	3,5	6	250	**1 Std. 10 Min.**
15:20	Ankunft am Ausgangspunkt, Verabschiedung				
	Summe reine Gehzeit	**11,6**	**889**	**889**	**6 Std. 30 Min.**

Gehzeit je Abschnitt nach DAV-Formel: 4 km/h Strecke, 300 Hm/h Aufstieg, 500 Hm/h Abstieg – größerer Wert plus Hälfte des kleineren, auf 5 Min. gerundet. Pro Gehstunde ca. 10 Min. Pause. Gesamtdauer inkl. Pausen: ca. 7 Std. 50 Min.

Schlechtwetter-Variante

Bei unsicherem Wetter gehen wir nur die Talwanderung bis zum Rienzboden und zurück (7 km, ↑ 256 m, ca. 2:25 h) – auch bei tiefen Wolken ein Erlebnis.

Bei Gewitterwarnung sage ich am Vortag bis 18:00 Uhr ab – ohne Kosten.

Tarife Wanderführung

	HALBTAG	TAG
Tarif netto	170,00 €	240,00 €
+ 22 % MwSt.	37,40 €	52,80 €
pro Gruppe	**207,40 €**	**292,80 €**
p. P. bei 2 Pers.	103,70 €	146,40 €
p. P. bei 4 Pers.	51,85 €	73,20 €
p. P. bei 6 Pers.	34,57 €	48,80 €
p. P. bei 8 Pers.	25,93 €	36,60 €

Diese Tour: **Ganztag**. Inbegriffen: Führung und Planung. Nicht inbegriffen: Einkehr, Getränke, Anreise, Parkgebühren.

Bitte mitbringen

- Feste Bergschuhe – Trittsicherheit nötig
- Wind- und Regenjacke
- Warme Schicht (Fleece, Mütze)
- Sonnenschutz und Kopfbedeckung
- Mindestens 1,5 Liter zu trinken
- Bargeld für die Einkehr
- Wanderstöcke für den Abstieg

Anmeldung

Zu vereinbaren – per E-Mail bei:

Anita Mancini
anitamancini@me.com

Mind. 2, max. 8 Personen

Teilnahme auf eigene Verantwortung. Wird die Mindestteilnehmerzahl bis zum Anmeldeschluss nicht erreicht, entfällt die Wanderung. Programm- und Wetteränderungen vorbehalten.
Im Winter biete ich keine Wanderungen an.