TRAIL-LESE IN KALTERN

Kaltern ist bekannt für seine guten Weine. Aber auch für sein mildes Klima, das schon früh im Jahr **Trail-Touren** möglich macht. Wer dagegen im Herbst kommt, wird von Traubenduft begleitet.

Eigentlich sollte man wirklich im Herbst nach Kaltern kommen. Wenn die Luft nach frisch geernteten Trauben schmeckt. Oder Anfang Oktober, wenn die Törggelen-Zeit beginnt und in den Gastkellern der erste junge Wein zusammen mit Schlutzkrapfen, Schinken und anderen Südtiroler Spezialitäten aufgetischt wird.
Welche Jahreszeit aber häufig verkannt wird: der Frühling! Nicht umsonst fühlen sich die Weinreben in Kalterns Berghängen so wohl. Submediterrane Strömungen sorgen hier bereits ab März für ein Blütenmeer und T-Shirt-Temperaturen im Tal. Mitverantwortlich für dieses besondere Klima ist die letzte Gletschereiszeit, die dieser Region einen ganz besonderen Schliff gegeben hat. Das Eis formte auf seinem Weg gen Süden eine Art Mittelsonnenbalkon zwischen der 2116 Meter hohen Steilwand des Mendelkamms und dem 400 Meter tiefer liegenden Etschtal. Aus den einst liegen gebliebenen Eisbrocken entstand der heutige Kalterer See und die Seitenmoränen eignen sich schon früh im Jahr zum Mountainbiken. Die Anstiege sind moderat und münden in Höhenwege mit viel Panorama. Die Trails: Natur-Flow auf sanftem Waldboden. Perfekt, um nach einer langen Winterpause frisch in die Tourensaison zu starten. Deshalb haben wir auch unser EMTB Trail Camp in den Kalterer Frühling gelegt. Auf den brandneuen Bikes der Hersteller machen die Touren noch mehr Spaß!

Per QR-Code direkt ins BIKE-Tourenportal. Abonnenten finden die Kalterer Touren auf bike-magazin.de unter „Mein Bereich“.

Vom Ostufer des Kalterer Sees geht's über das Frühlingstal direkt ins Trail-Netzwerk des Mitterbergs.

KALTERNS TOUREN-BALKON ZWISCHEN MENDELKAMM UND ETSCHTAL.



1 UNTERM MENDELKAMM

Kommt man nach Kaltern, sticht einem sofort die 35 Kilometer lange Geländewand des Mendelkamms ins Auge. Höchster Punkt: der 2116 Meter hohe Monte Roen. Auch dort oben muss man mal gewesen sein, denn das 360-Grad-Panorama von seinem riesigen Hochplateau reicht bis weit in den Alpenhauptkamm und die Dolomiten. Allerdings ist dieser Aufstieg über den Mendelpass und am Ende weiter über gemein steile Wiesenwegrampen eine Tour, die man sich besser für den Sommer oder für die glasklare Herbstluft aufspart. Deutlich leichter lässt sich im Frühling dagegen der Waldweg auf halber Mendelkamm-Höhe erreichen. Im spaßig zu pedalierenden Auf und Ab zieht sich der Höhenweg etwa 1000 Meter unterhalb des Gipfelplateaus von Kaltern Richtung Buchwald dahin und schert nur an besonders schönen Aussichtspunkten aus. Dann öffnen sich Vogelperspektiven auf die Überetsch-Region und die Südtiroler Landeshauptstadt Bozen.





Tour1: Eppaner Höhenweg

LÄNGE 34,7 Kilometer
BERGAUF 1154 Höhenmeter
TRAIL-ANTEIL 29 Prozent
SCHWIERIGKEIT leicht-mittel

Die Panorama-Runde im Norden Kalterns, die einen Überblick über die Stadt Bozen, die Landschaft und die eiszeitliche Geschichte des Tals verschafft. Vom Ufer des Kalterer Sees klettern die ersten 840 Höhenmeter durch die Weinberge nach Kaltern und weiter in den Steilhang des Mendelkamms hinauf. Ab der Kalterer Höhe wechselt die Tour auf den Waldboden des Eppaner Höhenwegs und schaukelt nun auf ihm knapp zehn Kilometer lang zur Furklauer Schlucht und über die 1000-Meter-Marke bis nach Buchwald hinauf. Hier geht's auf Waldpfad wieder ins Tal und mit einem Abstecher über die Eppaner Eislöcher, an Burgen und Schlössern vorbei, zurück nach Kaltern. Der Schlenker über Montiggl kostet 200 Extra-Höhenmeter, wird aber mit einem finalen Trail belohnt!

2 DER MITTERBERG

Zwischen Kaltern und dem Etschtal zieht sich ein – im Vergleich zum Mendelkamm – eher unscheinbarer, langer Waldrücken dahin: der Mitterberg. Gerade mal 661 Meter ist er hoch, doch sein dichter, grüner Pelz steckt voller Überraschungen. Speziell für Mountainbiker, denn über seine idyllischen Längstäler gelangt man nahezu asphaltfrei vom Kalterer See bis in den Montiggler Wald, wo ein weitverzweigtes Netz aus natürlichen Flowtrails wartet. Auf diesen Pfaden lassen sich auch die beiden Montiggler Seen umrunden, die sich hier wie in den Berg eingefasste Edelsteine verstecken. Panorama findet man dagegen ganz im Süden, wo sich der Waldbuckel zuspitzt und in der Mitte ein felsiges Rückgrat bildet: die Rosszähne. Man sollte schwindelfrei sein, denn auf diesem Felsgrat sitzend baumeln die Beine bereits ins 400 Meter tiefer gelegene, abrupt abfallende Etschtal. Eine Art Mini-Mendelkamm also mit ebenfalls 360-Grad-Panorama.





Tour 2: Montiggler Trails

LÄNGE 20,8 Kilometer
BERGAUF 584 Höhenmeter
TRAIL-ANTEIL 38 Prozent
SCHWIERIGKEIT leicht-mittel

Kurze Runde mit überschaubaren Höhenmetern, aber ausgesprochen großer Trail- und Highlight-Dichte: Vom Ostufer des Kalterer Sees biegt man ins Frühlingstal ab und lässt sich von dessen milder Luftströmung bis zum Trailnetz-Einstieg im Montiggler Wald leiten. Es folgen sechs Kilometer knisternde Tannennadelpfade um die hübschen Montiggler Seen mit Café-Bar. Zurück machen die Anstiege zur Leuchtenburg-Ruine und zu den Rosszähnen etwas Mühe, aber die Aussicht darf man nicht verpassen!

Fotos: Maria Knoll (2), Mia Knoll (3)



Ab März beginnt die Blütezeit in und um Kaltern. Dann sind auch die ersten Touren möglich.

3 TRUDNER HORN

Auch dem 1781 Meter hohen Trudner Horn, das südöstlich von Kaltern aus der anderen Seite des Etschtals ragt, sieht man seine Besonderheiten aus der Ferne nicht an. Der alleinstehende Brocken besteht auf der einen Seite aus Dolomitgestein und auf der anderen aus rot-braunem Quarzporphyr. Über seine Nordostflanken fegen raue alpine Winde, während im Südwesten submediterranes Klima föhnt. Gegensätze, die an diesem Berg eine extreme Artenvielfalt sprießen lassen. Daher gehört das Trudner Horn auch zu den wichtigsten Naturparks in Südtirol. Als Mountainbiker darf man fast alle Gesichter dieses geologischen Wunders erleben, denn man folgt einfach der Bahntrasse der ehemaligen Fleimstalbahn, die für Radfahrer ausgeschildert wurde und umrundet das Trudner Horn, bis man auf der Sonnenterrasse der Cisloner Alm (1249 m) steht. Nach dieser idyllischen Einkehr könnte man den 1er-Trail ins Etschtal rocken oder entspannter die in der Tour empfohlene Umfahrung nehmen.





Tour 3: Cisloner Alm

LÄNGE 53,8 Kilometer
BERGAUF 1492 Höhenmeter
TRAIL-ANTEIL 7 Prozent
SCHWIERIGKEIT mittel

Wer morgens am Kalterer See startet, gleitet mit thermischem Rückenwind auf dem Etschtalradweg zum Trudner Horn – und am Nachmittag auch wieder zurück. Der Anstieg der Tour startet schließlich am Castelfeder und zieht sich 21 Kilometer lang wie eine Girlande um den Bauch des Berges herum. Bei lange Zeit sechs Prozent Steigung errollt man sich die 1063 Höhenmeter leicht und erlebt dabei Dörfer, Tunnel, Wälder und Trassen. Nach der Rast auf der Cisloner Alm geht's mit ein paar Trail-Abstechern nach Truden zurück und dann sehr abwechslungsreich um die Südflanke des Berges wieder ins Etschtal.



Rastenbachklamm

Kleine Abenteuerrunde, die mit dem Bike keinen, zu Fuß aber umso mehr Sinn macht: 302 Stufen und diverse Holzstege führen bei Altenburg, südlich von Kaltern, in die Rastenbachklamm. Vorbei an einem alten Bergwerk, einem tosenden Wasserfall und glasklaren Wasserbecken. Am Ende gewährt eine Plattform einen grandiosen Blick über die vom Gletscher geschürfte Talwanne (2,5 km/248 hm).

EMTB Trail Camp

Gemeinsam die Trail-Touren von Kaltern erleben, dabei Fahrtechnik-Kniffe von Profis erklärt bekommen – und das Ganze auf den neuesten E-MTBs von Radon und einigen anderen Bike-Herstellern: Im April findet wieder das EMTB Trail Camp am Kalterer See statt. Vier Tage lang starten die Tourengruppen morgens am Ostufer des Kalterer Sees auf unterschiedlich anspruchsvolle Ausfahrten. Dort, wo sich Schlüsselstellen auftun, wird an der Fahrtechnik gefeilt, wo sich Gasthöfe mit besonders guter Küche zeigen, wird natürlich eingekehrt. Das absolute Highlight wird wieder die gemeinsame Einkehr in einem der Kalterer Weingüter sein, wo die edlen Tropfen ausgiebig probiert werden dürfen. Zurück im Camp am Gasthof Klughammer stehen Reparatur-Workshops an, während bereits das Abendessen vom Grill herüberduftet.
Termin: 15.-18. April, Preis: 599 Euro, Info: event.delius-klasing.de/emtb-camp







Essen und Trinken

„Kaltern ganz in rot" – oder auch in weiß. Je nachdem welche Weinsorte eben gerade gefeiert werden soll. Das ganze Jahr über lassen sich die Kalterer Events zu ihren Exportschlagern einfallen.
Die Festsaison startet Ende April wieder mit einem Wein-Wandertag und endet schließlich mit dem großen „Weinkulinarium" am 3. Oktober. Ein Termin, der sich bestens mit einem Törggelen-Tourenwochenende verbinden lässt.
Alle Event-Infos dazu: kaltern.com

Fotos: Fabian Call, Jens Vögele, Maria Knoll (2), Mia Knoll (2), TV Kaltern/Manfred Pernthaler