

Auf dem Rad rund um die Sella

»Dolomiti Superbike«

Von Traian Grigorian

Wo im Winter das Skikarussell unaufhörlich kreist, dreht sich im Sommer das Rad: „Sella Ronda mit dem Mountainbike“ heißt das neue Angebot in der Ski-Region zwischen Grödner-, Gader- und Fassatal. Lifte und Seilbahnen ermöglichen auf einer geführten Tour viel Panoramagenuss mit wenig Anstrengung. Kommt nach „Dolomiti Superski“ nun „Dolomiti Superbike“?

Blaue Skipisten können im Sommer für Mountainbiker durchaus anspruchsvoll sein: auf der Pralongia zwischen Corvara und Campolongo pass.



Wie im Winter so im Sommer? Mit dem Mountainbike mühelos wie auf Ski die Berge zu befahren, das soll in den zentralen Dolomiten, rund um den Sellastock, nun möglich sein. Die „Sella Ronda“ – für Skifahrer ein klangvoller Name. Das ist nicht einfach Hinunterwedeln auf den immer gleichen Berghängen, das ist stetes Vorwärtskommen, ein, wenn auch nur kurzzeitiges und oberflächliches Kennenlernen von vier unterschiedlichen Kulturräumen, Talschaften und Sprachinseln, grenzüberschreitend zwischen Südtirol und Trentino. Dies mag viele Urlauber im Winter wenig interessieren. Und doch hinterlässt die Umrundung andere Eindrücke als immer nur der gleiche Talblick. In diesen Genuss sollen nun auch im Sommer die Mountainbiker kommen.

An einem wolkenlosen Herbsttag Mitte November machen wir uns im Uhrzeigersinn auf die Runde um das berühmte Gebirgsmassiv. Zu dieser Jahreszeit ist allerdings kein Lift mehr in Betrieb. Im Schatten der Sella am Grödner Joch, wo sich die Sonne zu dieser Zeit spät blicken lässt, ist es mit zwei Grad bitterkalt.

Stelldichein der Dolomitengipfel

Die Tour ist ein Wiedersehen mit alten Bekannten: Der zentrale Sellastock zum Greifen nah, linkerhand die Cirspitzen, dahinter die Geislergruppe und die Seceda, den Blick voraus kommt der Sassongher ins Bild, der Heiligkreuzkofel, die Tofanen und die Civetta. Auf der weiteren Tour grüßen von Ferne die Marmolada, die Fünffingerspitze und der Langkofel über dem Sellajoch. Das große Stelldichein der Dolomitengipfel, alle zusammen an einem einzigen Tag „erfahrbar“, oder zumindest zum Greifen nah – das ist heute, über achtzig Jahre nach Einführung des ersten Liftes im ladinischen Gadertal durch den Bergführer Franz Kostner, Wirklichkeit geworden. „Dolomiti Superski“ entwickelte sich zum größten zusammenhängenden Skigebiet der Alpen. Wie viele Hektoliter Wasser die Schneekanonen zu

künstlichen Flocken verwandeln und wie hoch der Stromverbrauch eines einzigen Wintertages in diesem gigantischen Skizirkus ist, kann man allerdings nur erraten.

„Da die Lifte ohnehin schon stehen“, dachte man sich in der rührigen Werbeabteilung von Dolomiti Superski, „machen wir sie doch auch im Sommer für eine neue, jüngere Zielgruppe nutzbar.“ So setzt man hier auf die bereits vorhandene Infrastruktur – und entlastet dadurch als (unbeabsichtigten) Nebeneffekt andere, vom großen Sommertourismus noch verschonte Gebiete. Auf die Idee zur „Sella Ronda per Bike“ ist der Marketing-Direktor Gerhard Vanzi schon 2008 gekommen, doch es mussten erst vierzig unterschiedliche Liftgesellschaften überzeugt werden. Viele hatten Bedenken, da es in Südtirol keine eindeutigen Haftungsregeln für den Sommerbetrieb gibt. Was, wenn die bergwärts beförderten Biker in der Abfahrt die Skipisten benutzen, welche im Winter zwar erstklassig präpariert, im Sommer aber zuweilen holpriger

als ein Gemüseacker sind? Wer ist dann bei Unfällen haftbar? Im Winter wären es die Liftbetreiber, wenn die Pistenpräparierung nachlässig bliebe. Doch Vanzi, seit zwanzig Jahren in seiner Position, hat auch dafür eine Lösung gefunden: Wer die Runde mit Seilbahnunterstützung fahren möchte, darf dies nur auf einer geführten Tour unternehmen. Die örtlichen Guides garantieren dann, dass die Gäste sich nur auf den offiziellen Wegen bewegen. Abfahrten über Skihänge oder Querfeldeinfahrten kommen also nicht vor und die Haftungsfrage wird gar nicht erst gestellt.

Lifte nur mit Guide

Mittlerweile ist das Angebot straff organisiert. Dafür sorgen Einschreibestellen in den Tourismusbüros und Bikeschulen in Gröden, Corvara, Arabba, Canazei und Campitello. Sportgeschäfte, Vereine, Bikeshops und Hotels stellen insgesamt rund fünfzig Guides, die die Runde offiziell begleiten dürfen. Tagesgäste zahlen sechzig Euro für

die geführte Tour. In diesem Preis ist die Liftbenutzung bereits enthalten. „Gäste von ortsansässigen Bike-Hotels müssen nur das Liftticket für dreißig Euro bezahlen“, erzählt Günter Linder, der in Wolkenstein ein Bike-Hotel betreibt und uns heute auf der Sella Ronda als Guide begleitet. Günter ist ein Hotelier modernen Typs, der die von den Eltern übernommene Unterkunft einem jüngeren Publikum schmackhaft machen möchte. Für ihn war es daher keine Frage, die Ausbildung zum Mountainbike-Guide abzulegen. Seitdem ist er während der Sommersaison jede Woche mindestens zweimal mit den Hausgästen im Sattel. Für andere Tage und weitere Gruppen beschäftigt er mehrere Führer.

Ist dieser „Guide-Zwang“ denn sinnvoll? Werden Individualbiker nicht benachteiligt? „Keiner verbietet es, die Tour allein zu fahren, dann halt ohne Lifte“, meint Günter. Und was, wenn diejenigen dann über die Skipisten abfahren? „Wer aus eigener Kraft und mit der nötigen Technik und Ausdauer hochkommt, um den mache ich mir in



Freie Sicht auf das Sellamassiv: Das baumlose Almgelände der Pralongia bietet ein 360-Grad-Panorama.

Foto: Traian Grigorian

IHRE PROJEKTIDEE WIRD GESUCHT!

THEMA „STADT BRAUCHT NATUR“



Foto: Boutiquehotel Stadthalle Wien

Machen Sie mit! Engagieren Sie sich für die Natur vor Ihrer Haustür!

Bewerbungsschluss für den Bürgerpreis ist der 26. August 2012

Naturschutz ist nicht nur eine Sache von Profis. Naturschutz braucht viele Hände und viele Ideen. Hände, die praktisch anpacken. Und kluge Ideen, die dazu beitragen, ein positives Naturbewusstsein zu stärken und privates Engagement für die Natur zu fördern.

Darum haben wir 2011 gemeinsam mit dem Bundesamt für Naturschutz den Ideenwettbewerb zum Deutschen Naturschutzpreis ins Leben gerufen. Teilnehmen können Einzelpersonen, Bürgerinitiativen, Schulen, Kindergärten, Bildungseinrichtungen und andere gemeinnützige Organisationen.

Ausgezeichnet werden Projektideen aus den Bereichen Naturbildung, Naturerlebnis sowie Arten- und Biotopschutzprojekte. Für deren Umsetzung stellen wir jährlich 250.000 Euro zur Verfügung.

Weitere Informationen unter:

www.deutscher-naturschutzpreis.de

Eine Initiative von:

Jack
Wolfskin 

B
N
Bundesamt
für Naturschutz 

der Abfahrt wenig Sorgen“, teilt Günter seine Einschätzung mit. Unberechenbarer seien jene, die mangels Übung und Erfahrung zwar gerne den Lift zur Unterstützung nähmen, dann aber feststellten, dass sie der Abfahrt gar nicht gewachsen sind. Für diese sei ein Guide mehr Hilfe als Zwang. „Aber lass uns mal weiterfahren“, drängt Günter.

Die Passstraße zur Linken, wählen wir den Singletrail Richtung Corvara. Der Wanderweg liegt vollkommen im Schatten der Sella. Raureif auf den Steinen zwingt zu konzentrierter Fahrweise. Wir sind noch keine Viertelstunde unterwegs und schon komme ich zu der Einschätzung, dass dieser Weg nichts für Anfänger ist. Günter, der mich zögernd hinterherfahren sieht, hält und erklärt: „Normalerweise ist das kein Problem, auch für weniger versierte Fahrer. So rutschig wie heute ist's im Sommer nicht.“ Und wenn doch einer überfordert ist, dann könne er auch auf der Passstraße zu Tal düsen. Später würde es jedenfalls leichter werden.

Genuss-Trail übers Almgelände

Die Runde um den Sellastock mit dem Mountainbike würde mit gut 3000 Höhenmetern auch trainierte Biker fordern. Dank der Liftunterstützung müssen davon im Uhrzeigersinn lediglich 800 Höhenmeter auf 58 Kilometern aus eigener Kraft bewältigt werden. Dabei wird das Bike fünfmal in die Gondel oder den Sessellift verladen.

Wir kommen an in Corvara, der Heimat der ladinischen Sportlerlegende Maria Canins. Die sympathische Sportlerin war früher mehrmalige italienische Meisterin im Skilanglauf, ehe sie im gesetzteren Alter das Radfahren entdeckte und dann auch in dieser Sportart mehrere nationale Titel erlangte. Später kam dann das Mountainbike dazu und Maria fuhr damit ebenfalls der Konkurrenz davon. Heute ist die über 60-Jährige eine der autorisierten Führer, die die Sella-Umrandung von La Villa aus begleiten. „Die Sella-Route mit dem Bike ist viel zu schön,

als dass man sie unter Leistungsdruck bewältigen sollte“, findet Maria. „Für die kniffligen Stellen muss man entsprechend konzentriert und entspannt sein. Ich fahre die Tour mit meinen Gruppen immer recht langsam, wir machen viele Pausen und genießen die Aussicht.“

Beim Mountainbikerennen „Sella Ronda Hero“, das seit 2010 ausgetragen wird, bleibt jedoch keine Zeit für Panoramafreuden. Die Teilnehmer würden die ganze Runde ohne Lifte und unter Zeitdruck bewältigen, erzählt Günter. Einmal habe er auch daran teilgenommen, auf der kürzeren Runde über fünfzig

Kilometer und 2600 Höhenmeter. Für die lange Runde, die als Extra noch die Umrundung des Langkofelmassivs über die Seiser Alm bereithält und damit insgesamt 4000 Höhenmeter, fehle ihm schlicht der Wille.

Endlich können wir die Tour richtig genießen. Auf dem Höhenrücken hinüber zur Pralongiahütte öffnet sich weites Almgelände. Auf breiten Bewirtschaftungswegen kurbeln wir zügig vorwärts. Die Blicke haben frei, sie schweifen ungehindert hinüber zur Sella, scannen den Gletscher der Marmolada, bewundern die steile Abbruchkante des Kreuzkofels. Fahrtechnisch einfach, gelegentlich unterbrochen von einer kurzen steilen Rampe, erreichen wir schließlich die Hütte, die nun leider geschlossen ist. Alles um mich

herum kenne ich gut aus winterlichen Tagen – weiß und tief verschneit. Wie anders wirkt das doch jetzt mit ein paar mehr Farben.

Kurvig hinab ins Trentino

Es folgt die Abfahrt zur Murmeltierhütte, auf der Günter nun in einen Singletrail zum Campolongoepass biegt. Eine Beschilderung sucht man vergeblich. Der Weg schlängelt sich am Hang entlang und ist nicht sonderlich schwer zu befahren, jedoch muss man auch mal ein paar Meter bergauf treten. Spätestens hier dürfte jedem Zweifler klar werden, dass die Runde um die Sella nichts für Biker ist, die nur bergab fahren wollen. Am Campolongoepass überqueren wir die Straße und rollen auf einem weiteren Singletrail hinunter nach Arabba. Auch dieser Pfad dürfte Anfänger gelegentlich zum Absteigen zwingen. Andererseits ist er nie zu schwer oder ausgesetzt.

Arabba wirkt in dieser Zwischensaison wie ausgestorben. Geschäfte, Hotels und Lifte sind geschlossen. Da die Gondel zur Porta Vescovo, dem höchsten Abschnitt der Sella-Umrandung, Revisionspause macht, müssen wir auf den Singletrail zum Pordojoch verzichten und fahren mit dem Taxi auf der Passstraße hinauf. Von der Porta Vescovo führt auch der in Wandererkreisen beliebte Bindelweg hinüber zum Pordojoch, wir aber fahren auf der nördlichen Flanke zum Pass. Warum wurde der Weg nicht in die Tour

Gut 3000 Höhenmeter sind für Gelegenheitsbiker nur dank der Seilbahnen zu schaffen.

Am Pordojoch: Gruppenbild mit Grohmannspitze, Fünffingerspitze, Langkofel und Piz Ciavazes.



Beliebtes Fotomotiv auf der Sella-Umrundung: Ein Biker steht Modell vor dem Marmolada-Gletscher.



Fotos: Traian Grigorian

integriert? „Zu viele vorprogrammierte Konflikte mit Wanderern“, winkt Günter ab. „Der Weg ist so schmal und in ausgesetztem Steilgelände“, da sei kein Platz für überforderte Radler. Auf der anderen Seite habe man einen beinahe verfallenen Weg wieder herausgeputzt und befahrbar gemacht, so dass dieser nun ideal zum Biken sei, mit dem großen Vorteil, darauf praktisch keinen Wanderer anzutreffen.

Auf dem Pordojoch grüßt die Statue von Francesco Coppi, der italienischen Rennfahrerlegende. „Jetzt folgt ein Leckerbissen“, verrät Günter, „runter nach Canazei fahren wir auf dem ‚Glühweintrail‘.“ Wieder einmal zeigen wir der kehrenreichen Passstraße den Rücken und tauchen ein in einen Waldpfad. Nachdem wir uns an den kurvigen Trail gewöhnt haben, rollen wir beschwingt ins Trentino. Plötzlich erregt ein großes gelbes Warnschild unsere Aufmerksamkeit: „Attenzione!“ – eine wurzelübersäte, von Felsbrocken gesäumte Passage, an deren uneinsehbarem Auslauf auch noch eine enge Spitzkehre folgt, zwingt uns aus dem Sattel. Keine dreißig Sekunden später haben wir die Stelle si-

Um Konflikte mit Bergwanderern zu vermeiden, wurde ein Trail zum Pordojoch hergerichtet.

cher zu Fuß passiert und steigen wieder auf. Die Straße, die man immer mal wieder quert, gibt einem das Gefühl, nie in der Wildnis allein auf sich gestellt zu sein. Im Fall eines Defektes wäre man schnell an einer dieser verkehrsreichen Achsen und dürfte auf Hilfe hoffen.

Hochlandrinder vor Bergkulisse

Es folgt der letzte Anstieg für heute hinauf zum Sellajoch. Die Gondel aus Canazei würde bis zum Col Rodella fahren, unser Fahrer schafft das nicht.

Wenige Meter auf dem glatten Zufahrtsweg zur Friedrich-August-Hütte kapitulieren die Reifen auf dem gefrorenen Neuschnee. „Macht nichts“, kommentiere ich übermütig die Situation, „fahren wir halt selber die paar Meter hinauf. Haben ja heute noch nicht viel Kraft vergeudet!“ Irgendwie hat es was, dieses bergauf unterstützte Mountainbiken. Man gelangt nicht so schnell an den „Ich kann nicht mehr“-Punkt. Außerdem fühlt man sich kaum unter Zeitdruck. Wir fotografieren die pittoresk in der Berglandschaft wiederkäuen-

den Hochlandrinder mit den gewaltigen Hörnern ausgiebig, ehe wir uns auf das Schlusstück durch die Steinerne Stadt machen. Unterhalb des Langkofels erzählt Günter, dass er für die letzte Abfahrt nach Wolkenstein gerne eine Variante am Piz Seteur hinunter nach Plan de Gralba einlegt, weil ihm die besser gefalle. Ich aber bestehe darauf, dass wir uns an die offizielle Route der Sella-Umrundung halten.

Bis zur Comichütte fühle ich mich in meiner Wahl bestärkt. Selten genießt man ein gewaltiges Bergpanorama so beschwerdefrei. Dann aber, in der sehr steilen Abfahrt Richtung St. Christina, gibt’s für die Bremsfinger plötzlich keine Arbeitspause mehr und wir zittern uns mit kreischenden Bremsen zu Tal. So ein Blödsinn. Hätte ich bloß auf Günter gehört, dann könnte ich jetzt den Insider-Geheimtipp hier schildern. So aber muss ich wohl noch einmal kommen. Wobei die Seilbahn aus dem „Müssen“ ja ganz charmant ein „Dürfen“ macht. →

Traian Grigorian, DAV-Bikeguide, ist seit fast zwanzig Jahren freiberuflicher Outdoor-Journalist und spezialisiert auf MTB-Themen. Die Dolomiten und Südtirol kennt er von häufigen Recherche-reisen mit dem Rad. Bergauf fährt er immer noch fast alles lieber aus eigener Kraft.



Bella Sella

Sella Ronda per Bike

Die Streckenlänge der Sella Ronda per Bike beträgt im Uhrzeigersinn 58 Kilometer. Mit Liftbenutzung ist die Tour in der Sommersaison zwischen Juni und September nur in Begleitung durch einen der örtlichen Guides möglich. Fünfmal wird das Rad in die Gondel oder den Sessellift verladen – 800 Höhenmeter müssen aus eigener Kraft bewältigt werden. Tagesgäste zahlen 60 Euro inklusive der Kosten für die Lifte. Gäste eines der Bike-Hotels zahlen nur den Liftpass (30 Euro).

Info

■ Val Gardena/Gröden Marketing, Tel.: 0039/0471/77 77 77, info@valgardena.it, valgardena.it

■ Tourismusverband Alta Badia, Tel.: 0039/0471/83 61 76, info@altabadia.org, altabadia.org

Mountain-Bike-Holidays-Unterkünfte

■ In Gröden: Bike Hotel Linder, valgardena-bike.com, Piccolo Hotel, hotel-piccolo.com

■ In Alta Badia: Hotel Pider, pider.info, Hotel Melodia del Bosco, melodiadelbosco.it

■ Weitere Mountain-Bike-Holidays-Betriebe unter bike-holidays.com

Geführte Biketouren

■ Valgardena Active, valgardena-active.com

■ Mountainbike Schule Gröden, Via Iman 16/A, I-39047 St. Christina Val Gardena (BZ), mtbvalgardena.com, info@mtbvalgardena.com

Karten und Führer

■ Mountain-Bike-Karte Gröden 1:33.000, Fun Bike

■ Bike-Paradies Gröden und Seiser Alm, 33 Tourenkarten, Tabacco

■ Wander- und Bike-Karte Gröden und Seiser Alm, 1:25.000, Tabacco

■ MTB-Infoportal mit Tourenvorschlägen und GPS-Tracks, mtb-dolomites.com
Touren-Roadbook Sella Ronda im Uhrzeigersinn: mtb-dolomites.com/images/pdf/sellaronda_uhrzeigersinn_charakteristik.pdf



Einmal mit (oben) und einmal ohne Seilbahn: Beim „Sella Ronda Hero“-Rennen Ende Juni müssen die Teilnehmer bis zu 4000 Höhenmeter aus eigener Kraft bezwingen.

Sella-Ronda-Events

Sella Ronda Bike Hero

Ob der „Sella Ronda Bike Hero“ wirklich das härteste Mountainbikeren Europas ist, wie die Website behauptet? Jedenfalls sorgen allein die reinen Zahlen für Muskelschmerzen: 4200 Höhenmeter auf einer Distanz von 82 Kilometern sind nur von austrainierten Bikern zu schaffen und selbstverständlich versüßen keine Litfe die Qual. Insbesondere die lange Auffahrt von Arabba auf die Porta Vescovo dürfte selbst den hartgesottenen Ausdauerbiker zur Verzweiflung bringen. Und nur wer die Extraschleife durch das Durontal und den Aufstieg zum Mahlknechtjoch wählt, erhält am Ende des Tages den Titel „Hero“. Allen anderen, die sich für die kurze Runde (immerhin noch 2600 Höhenmeter über 50 Kilometer über die klassische Sella-Umrandung) entscheiden, bleibt dieses „Heldentum“ verwehrt.

Termin: 23.6.2012
Mehr Infos: sellarondahero.com

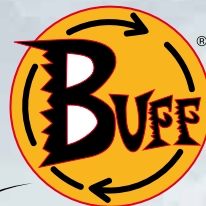
Sella Ronda Bike Day

Der Sella Ronda Bike Day ist ein seltener Leckerbissen für Radfahrer, welche die Schönheit der Dolomitenstraßen einmal ohne Motorenlärm genießen wollen. An zwei autofreien Sonntagen im Juni und im September hat auf den Pässen rund um die Sella reine Muskelkraft das Sagen. Regelmäßig kommen Tausende, um dabei zu sein. In der lockeren Stimmung ist jeglicher Renngedanke fern: Man zieht seine Kinder in Anhängern über die Berge, erfreut sich an den Ausblicken oder setzt mit lustiger Aufmachung farbenfrohe Akzente. □

Termine: 24.6. und 23.9.2012, jeweils 8.30 - 15.30 Uhr
Mehr Infos: sellarondabikeday.com, sella-ronda.de/bike-day.html,
Val Gardena/Gröden Marketing, Tel.: 0039/0471/77 77 77, info@sellarondabikeday.com



Fotos: Val Gardena/Gröden Marketing (2)



BUFF® YOUR MIND

www.buff.de



BUFF® is a registered trademark property of Original Buff, S.A. (Spain)



Schutz und Style für Ihren Kopf



*Stoffproben wurden bezüglich des UV Schutzes durch AITEX und LEITAT – Textil Technologie Institute im Einklang mit dem Standard AS/NZS4388:1996 „Sonnenschutz Bekleidung – Bewertung und Klassifizierung“ getestet, die Ergebnisse bewegten sich zwischen 93.3% und 96.7%, im Durchschnitt 95% UV Schutz.

Für weitere Informationen:

Buff GmbH
info@buff.de
Tel. + 49/89/427176-0
Fax + 49/89/427176-66