San Martino di Castrozza - Passo Rolle - Primiero - Vanoi

Area Ciclistica MTB
Bikeregion - MTB Cycling Area

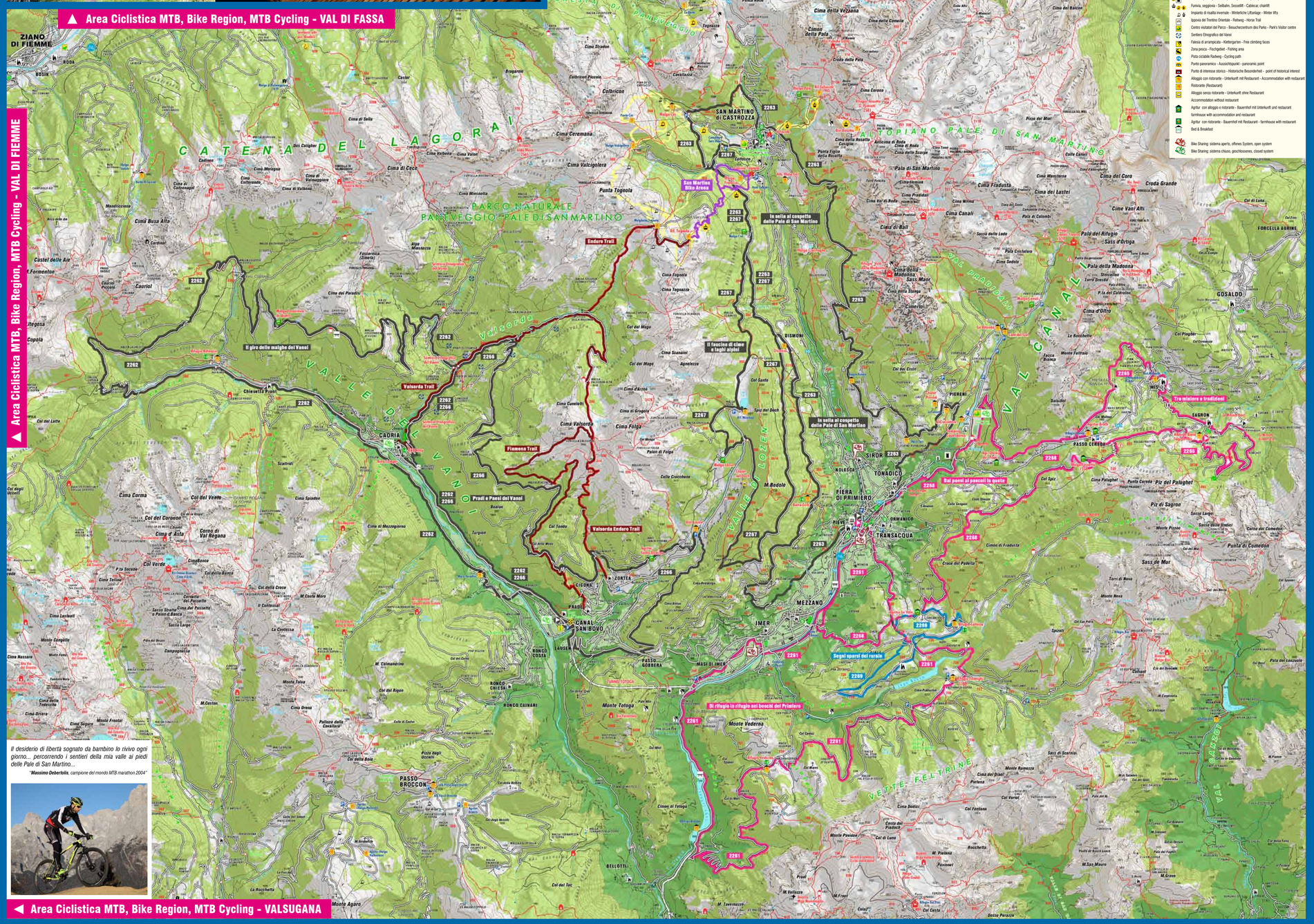
smart sanmartino.com

TRENTINO

Pale di San Martino

San Martino di Castrozza
Passo Rolle - Primiero - Vanoi

MOUNTAINBIKE
ITINERARI/TOUREN/TOURS



Numeri Utili - Nützliche Hinweise - Useful Information

ApT San Martino di Castrozza, Passo Rolle, Primiero e Vanoi
San Martino di Castrozza - Tel. +39 0439 768867
info@sanmartino.com
Fiera di Primiero - Tel. +39 0439 62407
infoprimiero@sanmartino.com
Canal San Bovo - Tel. +39 0439 719041
infovanoi@sanmartino.com

Parco Naturale / Naturpark / Nature park
Paneveggio - Pale di San Martino - Tel. +39 0439 765973
www.parcopan.org - info@parcopan.org
Ecomuseo del Vanoi - Tel. +39 0439 719106
www.ecomuseo.vanoi.it - ecomuseo@vanoi.it

Soccorso alpino / Bergrettung / Alpine rescue
Tel + 39 348 2716032
San Martino di Castrozza - Tel. +39 348 3232555
Primiero - Tel. +39 346 7812660
Vanoi - Tel. +39 348 2716033

Tel.**112** Emergenza sanitaria (ambulanza, elicottero)
Sanitärer Notruf (Rettungswagen, Hubschrauber)
Emergency rescue (ambulance, helicopter)

270 Km
6gg
9530 m

Grand Tour Dolomiti Lagorai Bike

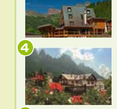
Oltre 1100 chilometri di percorsi MTB nel Trentino Orientale. Richiedi presso i nostri uffici la cartina dell'itinerario ad anello (6 giorni) Grand Tour!

Etwa 1100 km Routen werden durch Wälder und Wiesen, vorbei an glitzernden Bergseen führen und Naturparks. In unseren Touristen Büros finden sie di Grand Tour Karte!

More than 1100 km of off-road trails, composed of woods, pastures, alpine lakes and two National Parks. Ask for the Grand Tour map by our tourist office!

DOLOMITI S.MART BIKE HOTELS:

1.
HOTEL COLBRICON ★★★★
Via Passo Rolle 229
38054 San Martino di Castrozza
Tel. +39 0439 68063
Fax. +39 0439 68003
www.hotelcolbricon.it
info@hotelcolbricon.it

2. 
HOTEL BELVEDERE ★★★S
Via Passo Rolle 247
38054 San Martino di Castrozza
Tel. +39 0439 68000
Fax. +39 0439 768969
www.hotelvedere.it
hotel@hotelvedere.it

3.
HOTEL PALADIN ★★★S
Via Passo Rolle 253
38054 San Martino di Castrozza
Tel. +39 0439 768450
www.hotelpaladin.it
info@hotelpaladin.it

4.
HOTEL CENTRALE ★★★
Via Passo Rolle 74
38054 San Martino di Castrozza
Tel. +39 0439 68083
Fax. +39 0439 768933
www.hcentrale.it
info@hcentrale.it

5.
GARNI' PARADISI ★★★★S
Via del Pian 25/a
38020 Mezano
Tel. +39 0439 725389
Fax. +39 0439 725939
www.hgparadisi.it
info@hgparadisi.it

6.
HOTEL LUIS ★★★★
Viale Piave 20
38054 Fiera di Primiero
Tel. +39 0439 763040
Fax. +39 0439 765010
www.hotelluis.it
info@hotelluis.it

7.
HOTEL ISOLABELLA ★★★★
Via Risorgimento 4
38054 Transacqua
Tel. +39 0439 762276
Fax. +39 0439 765455
www.hotelisolabella.it
info@hotelisolabella.it

8.
HOTEL RESIDENCE AL PRATO ★★★
Via San Giacomo 1
38054 Siror
Tel. +39 0439 62425
Fax. +39 0439 62012
www.hotelalprato.it
info@hotelalprato.it

9.
HOTEL RESIDENCE CASTEL PIETRA ★★★
Via Venezia 28
38054 Transacqua
Tel. +39 0439 763171 Fax. +39 0439 763131
www.hotelcastelpietra.it
info@hotelcastelpietra.it

10.
HOTEL EDEN ★★★
Via Fiume 8
38054 Transacqua
Tel. +39 0439 62447
Fax. +39 0439 62664
www.albergoeden.it
info@albergoeden.it

11.
RIFUGIO CALTENA "BAITA DI CHARME"
38054 Transacqua - Località Caltena
Tel. +39 0439 62879
Tel. +39.349 6530141
www.rifugiocaltena.it
info@rifugiocaltena.it

12.
RIFUGIO VEDERNA
38050 Imer - Località Vederna
Tel. +39 0439 67103
Tel. +39.389 2844058
www.rifugiovederna.it
rifugiovederna@gmail.com

13.
RIFUGIO REFAVAIE
38050 Canal San Bovo - Località Caoria
Tel. +39 0439 710009
Tel. +39.349 4861441
www.rifugiorefavaie.com
info@rifugiorefavaie.com

14.
B&B ROSY
38050 Canal San Bovo - Località Caoria
Tel. +39 0439 710016
www.highlandersweet.it
highlandercaser@libero.it

15.
B&B BAITA ZENI
38054 Transacqua - Località Pezze Alte
Tel. +39 333 4749382
www.bnbzeni-zeni.com
info@baitazeni.it
www.baitazeni.it

BIKE SHOPS

Bike shop Cicli Bettega
Via delle Giare 93/95 - 38050 Mezzano
Tel. +39 0439 725181
info@ciclibettega.com - www.ciclibettega.com

Bike shop Skisport
Via Passo Rolle - 38054 San Martino di Castrozza
Tel. +39 0439 68341 +39 389 0934023
info@noleggioskisport.it - www.noleggiosanmartino.com

TAXI/TRANSFER

Happy Travels Dolomiti di Caserotto Juri
San Martino di Castrozza - Via Val di Roda 48/D
Tel. +39 348 6484985
info@happytravelsdolomiti.it - www.happytravelsdolomiti.it

John 55 Travel di Ciotoli Giovanni
San Martino di Castrozza - Via Passo Rolle 269
Tel. +39 347 2945261
info@john55travel.it - www.john55travel.it

Autoservizi G. Crose NCC servizio TAXI
San Martino di Castrozza - Via A. Moll 11
Tel. +39 0439 768822 Tel. +39 338 1468153
info@giuseppecrose.it - www.giuseppecrose.it

Autonoleggio taxi Bettega Loris
Imer - Via Nazionale 167
Tel. +39 0439 67080, +39 329 2269382
info@bikedolomite.com
www.bikedolomite.com/taxibus

Bernardin Enea Autonoleggio
Mezzano - Via Molaren 31
Tel. +39 0439 64393, +39 348 5627270
info@dbernardin.it

Autoservizi Origano
Siror - Piazza Stil 14
Tel. +39 0439 64422
Tel. +39 347 1237504 +39 338 6053941
info@origanotours.it - www.origanotours.it

Luxury Service di Zanetel Vittore
Tonadico - Via Roma 29
Tel. +39 349 8507423, +39 349 2473970
crisvitt@tiscali.it

Taxi Autonoleggi Primiero di Svaizer
Mezzano - Via di Sopra 43
Tel. +39 0439 678149, +39 348 3051779
info@autonoleggiprimiero.it - www.autonoleggiprimiero.it

www.sanmartino.com/bike

@ApTSMart

Scarica gratuitamente dal sito
www.sanmartino.com/bike le tracce GPS dei tour
in mountain bike!

Auf den Webseiten
www.sanmartino.com/bike
kann man GPS-Datentracks und MTB Tours kostenlos downloaden!

Download free of charge from website
www.sanmartino.com/bike the GPS trails of mountainbike tours!

Per effettuare gli itinerari in tutta sicurezza, contatta gli istruttori di Primiero Bike e Discover Dolomites!
Um die Strecken im kompletten Sicherheit zu erledigen, melden Sie sich an die Primiero Bike Schule und Discover Dolomites!
For riding the tours in safety, contact Primiero Bike School and Discover Dolomites!

Primiero Bike asd
c/o Primiero Incative
Via Guadagnini, 29
38054 Fiera di Primiero (TN)
Tel. + 39 345 2312850
www.primierobike.com - info@primierobike.com

Discover Dolomites
Tel. + 39 0439 68026
+ 39 346 3648628
www.discoverdolomites.com
guide@discoverdolomites.com

Rilevamento dati itinerari gpx realizzato da Primiero Bike (copyright e diritti riservati). AgT S.Mart, a titolo esclusivo, si riserva tutti indistintamente i diritti di utilizzazione connessi allo svolgimento dell'attività promozionale di carattere istituzionale di spettanza della Società stessa.
Der Besitzung und Bearbeitung des GPS-Tracks Daten ist von Primiero Bike.
The GPS MTB trails data of this map are property of the Primiero Bike
(copyright and rights are reserved).

crediti fotografici:
Archivio fotografico AgT S.Mart - Karl Glauer - Silvano Angelani - Sportograf - Mattias Friedrikson
Alessandro Grazzo - Alessandro Trovati - Filippo Dagaro – San Martino Bike Arena - Federica Modica - Archivio Integrativo Este Parco
grafica:
Roberto Pradel editore - cartografi.net

Segnaletica Ufficiale
Offizielle Beschilderung
Official Signs

I tratti di percorso che non rispettano determinati parametri di sicurezza, verranno indicati con il segnale di "Bici a spinta". Per non ledere la propria incolumità e quella altrui si invitano i fruitori dei tracciati ad osservare la massima attenzione in caso di lavori boschivi/interruzione del percorso

Solche Wegabschnitte werden mit dem Hinweisschild „Rad schieben" versehen. Zur eigenen Sicherheit und um die Sicherheit anderer nicht zu gefährden, werden Bikers im Fall von Waldarbeiten und bei unterbrochenem Trail um besondere Vorsicht gebeten.

Some parts of the route will be marked with the sign "push bike". In order to avoid situations that may endanger their own and other people's safety, bikers are asked to be particularly careful in case of men at work in the wood and interrupted trail.

Regole di comportamento
Per ciclisti/mountainbiker

Siamo ospiti nella natura
- Usa solo strade o sentieri segnati
- Rispetta i divieti di passaggio locali
- Non attraversare campi e prati

Pedoni ed escursionisti hanno la "precedenza"
- Avvisa la tua presenza con anticipo
- Adegua la tua velocità alle diverse situazioni

Non lasciare tracce
- Evita brusche frenate e partenze (erosione del suolo)
- Non usare i "trails" dopo forti piogge (erosione del suolo)
- Non lasciare rifiuti

Rispetta flora e fauna
- Evita aree protette e zone di tutela paesaggistica (paludi, biotopi, ecc.)
- Chiudi i cancelli per il pascolo
- Evita rumori inutili
- Non spaventare animali da pascolo e selvatici

Per la tua sicurezza
- Pianifica le tue escursioni in anticipo
- Controlla la tua attrezzatura
- Usa sempre casco e guanti
- Non oltrepassare i tuoi limiti

Verhaltensregeln
Für Mountainbiker

Wir sind Gäste der Natur
- Fahre auf markierten Wegen und Pfaden
- Respektiere lokale Fahrverbote
- Fahre nicht querfeldein

Fußgänger und Wanderer haben „Vorfahrt"
- Kündige deine Vorbeifahrt an
- Passe deine Geschwindigkeit der Situation an

Hinterlasse keine Spuren
- Meide Anfahrt- und Bremsspuren (Bodenerosion)
- Meide „Trails" nach Regenfällen (Bodenerosion)
- Nimm deine Abfälle mit

Schütze Flora und Fauna
- Meide Sonderschutzgebiete und sonstige schützenswerte Flächen (Moore, Biotope usw.)
- Schließe die Weidezäune
- Vermeide Lärm
- Nehme Rücksicht auf Weide- und Wildtiere

Zu Deiner Sicherheit
- Plane deine Touren im Voraus
- Prüfe deine Ausrüstung
- Trage immer Helm und Handschuhe
- Fahre nicht über deine Verhältnisse

Mountain Bikers
Behaviour Rules

Remember you are guest of nature
- Ride only on marked dirt roads and trails
- Respect "no entry" and private property signs
- Do not cross fields and pastures

Pedestrians and hikers always have right of way
- Signal your coming in advance
- Moderate your speed depending on the different situation

Do not leave traces of your passage
- Avoid braking sharply and restarting (excessive soil erosin)
- Avoid riding on the trails after pouring rains (excessive soil erosin)
- Do not leave rubbish

Respect the local flora and fauna
- Avoid riding in protected areas and nature parks (such as swamps or fragile ecosystems)
- Always close the pasture gates after your passage
- Avoid excessive and disturbing noices
- Do not scare the cattle and the wildlife

For your own safety
- Plane your tour in advance
- Check that your equipment is fi t and in good conditions
- Always use helmet and bike gloves
- Do not overestimate your technical and physical possibilities

San Martino bike arena – downhill & enduro trails

Il Bike Park San Martino Bike Arena si trova a San Martino di Castrozza, servito dalla Cabinovia Tognola, che in soli 16 minuti raggiunge la quota di 2200 mt percorrendo oltre 700 mt di dislivello. Alla stazione di partenza della cabinovia numerosi sono i servizi dedicati ai bikers presso il Campo Base Bikers' Village: noleggio Bike da Downhill / Enduro, lavaggio Bike gratuito, Bike Bar e Chill Area sul terrazzo, speciali Après-Bike ogni weekend, recapito Guide / Istruttori MTB / DH.

Der San Martino Bike Arena Bikepark befindet sich in San Martino di Castrozza und ist mit der Gondelbahn Tognola erreichbar, die innerhalb von 16 Minuten zu einer Höhe von 2200 m mit einem Höhenunterschied von mehr als 700 m fährt. An der Gondelbahnstation (bei der Abfahrt), bei dem Campo Base Bikers' Village, werden mehrere Services für Bikers angeboten: Downhill/ Enduro Bike Verleih, kostenlose Bike-Reinigung, Bike Bar und Chill Area auf der Terrasse, Après-Bike jedes Wochenende, Kontakt von MTB und DH Instrukteuren.

The Bike Park San Martino Bike Arena is located in San Martino di Castrozza, served by the Tognola cable car that in just 16 minutes arrives at 2200 metres, travelling over 700 metres difference in altitude. At the departure station of the cable car many bikers' dedicated services are available at the Bikers' Village Base Camp: Downhill / Enduro Bike Rental, free Bike Wash, Bike Bar with special menu, Chill Area on the terrace, special Après-Bike every weekend, contacts of MTB/DH guides and instructors.

downhill

Scopri i due adrenalinici tracciati downhill del San Martino Bike Arena!
TOGNOLA DH UNO: una linea emozionante e spettacolare con un tracciato semplice ma molto divertente con tratti più impegnativi e la variante **TOGNOLA DH TRE**, un tratto più dolce e pianeggiante seguito da gobbe e serpentine più tecniche
TOGNOLA DH DUE: Più ripida e impegnativa della Variante Tognola DH Tre, questo tracciato scende sotto la funivia della Cabinovia Tognola in direzione dei muri della pista Tognola Uno: è completa di oltre 7 strutture in legno (per i meno esperti vi è la presenza di Chicken Line)

Entdecken Sie die zwei spannenden Downhill-Strecken der San Martino Bike Arena!
TOGNOLA DH UNO: ein aufregender und spektakulärer, einfacher Trail, der auch schwierigere Strecken aufweist und immer viel Spaß bei der Fahrt scheckt. Der Trail hat auch eine Variante, die **TOGNOLA DH TRE**, die aus einer Flachstrecke, gefolgt von anspruchsvollen Serpentinen und Buckeln besteht.
TOGNOLA DH DUE: Der Trail ist steiler und anspruchsvoller im Vergleich zur Variante Tognola DH Tre und geht unter der Linie der Tognola Gondelbahn in Richtung der „Mauern" der Piste Tognola UNO. Er ist mit mehr als 7 Strukturen aus Holz ausgestattet und weist auch eine Chicken Line für weniger erfahrene Bikers auf.

Discover the two adrenaline-filled trails of the San Martino Bike Arena!
TOGNOLA DH UNO: an exciting and spectacular line with an easy track that makes lots of fun and also has some difficult trails. The track also has a variant called **TOGNOLA DH TRE**, which is a flat track followed by winding paths and humps, that require more technique and ability.
TOGNOLA DH DUE: this track is steeper and more difficult than the variant Tognola Dh Tre and it goes under the line of the Tognola cable car towards the "walls" of the Tognola Uno ski run. It has more than 7 wooden structures and also a chicken line for less expert bikers.

enduro

Un percorso Enduro con 3 diverse varianti con partenza dall'Alpe Tognola (quota 2200 m), discesa verso Malga Tognola per intraprendere il sentiero storico della Transalp, con passaggi su passerelle di legno, fino a raggiungere la casina forestale; per completare il **VALSORDA ENDURO TRAIL** si prosegue in discesa verso l'abitato di Caoria (rientro in taxi) mentre per **VALSORDA ENDURO TRAIL** e **FIAMENA TRAIL** si seguono le indicazioni per Forcella Valsorda scendendo successivamente verso l'abitato di Zortea o di Prade.

Ein Enduro-Trail mit 3 verschiedenen Varianten. Nach der Abfahrt von der Alpe Tognola (2200 m), fährt man in Richtung Malga Tognola und dann durch den Transalp-Weg zum Teil auf Gangways aus Holz, bis zum Forsthaus.
Um zum Ende des **VALSORDA TRAIL** zu kommen, fährt man in Richtung der Ortschaft Caoria bergab (Rückfahrt mit dem Taxi).
Wenn man hingegen auf den **VALSORDA ENDURO TRAIL** oder auf den **FIAMENA TRAIL** fahren will, fährt man in Richtung der Forcella Valsorda und dann der Ortschaften Zortea oder Prade.

An enduro track with three different variants which start from the Alpe Tognola (2200 m) and goes towards Malga Tognola. The track takes to the house of the forest service (casina forestale) through the Transalp path and through wooden gangways.
If you want to complete the **VALSORDA TRAIL**, you go down towards the village of Caoria (and come back by taxi).
If you choose the **VALSORDA ENDURO TRAIL** or the **FIAMENA TRAIL** you just have to follow the signs for Forcella Valsorda and go down towards the villages of Zortea or Prade.

2262 Il giro delle malghe del Vanoi

IL GIRO DELLE MALGHE DEL VANOI

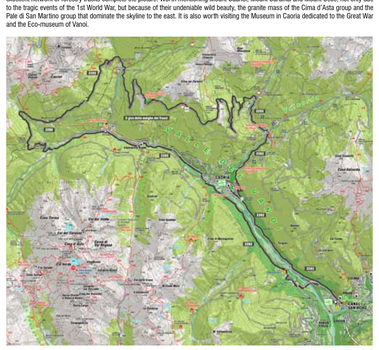
La Valle del Vanoi è sicuramente fra le aree trentine più "wilderness ", con un territorio che ben si presta alle escursioni in mtb, alle scialpinismo e alle ciaspolate con le ciaspole. Ci troviamo nella catena porfirica del Lagorai che si estende da Passo Rolle a Pergine Valsugana: a cavallo delle tre valli trentine: Primiero-Vanoi, Tesino-Valsugana e Val di Fiemme. Grandi pascoli ed estese foreste sono l'ambiente predominante, torrenti spumeggianti e una ricca vialità forestale fanno il resto. Da citare il monte Cauriol, il monte Cardinal e il monte Cece, non solo per i tragici eventi bellici della 1 ^Guerra Mondiale, ma per la loro innegabile selvaggia bellezza, il gruppo di Cima d'Asta con la sua mole granitica e le Pale di San Martino che si stagliano ad est. Da visitare il museo della grande guerra di Caoria e l'Ecomuseo del Vanoi.

ALMHÜTTENTOUR DES VANOI-TALS

Diese Tour besticht durch Vielfalt: Nach großen Schneefällen erinnert alles an fantastische kanadische Landschaften, die weit und voller unberührter Natur sind und die einem den Atem rauben werden. Wir befinden uns im Lagorangebirge, das sich vom Rolepass bis nach Pergine Valsugana erstreckt und sich zwischen den drei Trentiner Tälern (Primiero-Vanoi, Tesino-Valsugana und dem Fleimstal) befindet. Große Wiesen und weite Wälder geben hier das vorherrschende Landschaftsbild vor, schlummernde Wildbäche und ein großes Wasserreservoir tun ihr Übriges dazu. Erwähnenswert sind die Berge Cauriol, Cardinal und Cece, nicht nur wegen den tragischen Begebenheiten aus dem ersten Weltkrieg, sondern auch aufgrund ihrer unbeschreiblichen Schönheit. Gleiches gilt für die Berggruppe des Cima d'Asta aus beeindruckendem Grantgestein und die Gipfel der Palagruppe, die sich im Osten erheben. Das Vanoi-Tal gehört sicher zu den „wildesten" Gegenden des Trentino. Es bietet Möglichkeiten für Mountainbiketouren, Skitouren und Schneeschuhwanderungen. Sehenswert sind auch das Museum des ersten Weltkrieges und das ethnographisch-naturwissenschaftliche Museum des Vanoi-Tals.

RIDE ROUND THE DAIRY FARMS OF VANOI

The Vanoi Valley is surely the "wilderness" of Trentino, an ideal place for mtb excursions, alpine skiing and snowshoeing. We are on the porphyritic Lagorai chain of mountains that stretch from the RollePass to Pergine Valsugana, extending over three Trentino valleys: Primiero-Vanoi, Tesino-Valsugana and Val di Fiemme. Countryside of mainly vast pastures and extensive forests, bubbling torrents and the excellent network of forestry tracks complete the picture. Worth mentioning Mount Cauriol, Mount Cardinal and Mount Cece, not only due to the tragic events of the 1st World War, but because of their undeniable wild beauty, the granite mass of the Cima d'Asta group and the Pale di San Martino group that dominate the skyline to the east. It is also worth visiting the Museum in Caoria dedicated to the Great War and the Eco-museum of Vanoi.


Cima Cece
Cima Cauriol
Cima Cardinal
Cima Fonte
Cima Lagorai
Cima Bocca
Cima Sette Larici
Cima Tre Slavini
Cima Cadinello
Cima Lastei Rotte
Cima Lastei Nere
Cima Bocca di Brenta
Cima Sadole
Cima Cece
Cima Cauriol
Cima Cardinal
Cima Fonte
Cima Lagorai
Cima Bocca
Cima Sette Larici
Cima Tre Slavini
Cima Cadinello
Cima Lastei Rotte
Cima Lastei Nere
Cima Bocca di Brenta
Cima Sadole
Cima Tognola