



GIRO

BIKE TOUR

BIKE TOUR

- Guided Single Trail Tour mit dem Bergführer
- 3 Bogen, 3 Aufstiegsanlagen
- 4.600 Höhenmeter (1.000 Höhenmeter mit dem Bike)
- Anmeldung erforderlich!

BIKE TOUR

- Guided Single Trail Tour with the cable cars
- 5 mountains, 3 cable cars
- 4.600 meters of elevation (ca. 1.000 m of elevation with mountain bike)
- Registration required!

Bikeacademy Sextner Dolomiten:

Tel. +39 347 9381425 | info@bikeacademy-sextnerdolomiten.com

Dolomiti Mountain Sports:

Tel. +39 388 8586028 | info@dolomiti-ms.com

dreizinnen.com/girobiketour

INSIDER STONEMAN

hm 4000

km 117

stoneman.it

TRAIL

ADVANCED

KREUZBERGPASS | PASSO MONTE GROCE 1.636 m

STIERGARTEN 2.100 m

KABINENBAHN DREI ZINNEN CABINOVIA TRE CIME CABLE CAR TRE CIME

HELM | MONTE ELMO 2.000 m

SIGNAU 1.440 m

MOOS | MOSO 1.340 m

ROTWAND | CRODA ROSSA 1.926 m

KABINENBAHN ROTWAND CABINOVIA CRODA ROSSA CABLE CAR CRODA ROSSA

BAD MOOS 1.370 m

OUR OPENING TIMES

dreizinnen.com/summeropeningtimes

3 ZINNEN DOLOMITES

Schattenweg 2/F | Via Ombrosa 2/F
I - 39038 Innichen-Vierschach
San Candido-Versciaco
Tel. +39 0474 710 355
Email: info@dreizinnen.com
dreizinnen.com

in f o

SAN CANDIDO/INNICHEN - LIENZ SAN CANDIDO/INNICHEN - BRUNECK/BRUNICO

RADWEG | CICLABILE | CYCLE PATH

- Reserviere dein Fahrrad online oder vor Ort
Prendi la tua bicicletta online o in loco
Book your bike online or on site
- Parke beim Punks Bike Center oder komme mit dem Zug
Parcheggi al Punks Bike Center o arriva in treno
Park at Punks Bike Center or arrive by train
- Hol dein Fahrrad und fahre los
Prendi la bicicletta e pedala
Get your bike and ride
- Gib dein Fahrrad in Lienz/Bruneck ab und fahre mit dem Zug zurück
Lascia la bici a Lienz/Bruneck e torna in treno
Leave your bike in Lienz/Bruneck and return by train

RENTAL

**MOUNTAINBIKE
CITYBIKE
E-BIKE & much more**

dreizinnen.com/bikereental

ERLA TRAIL

Schwierig | Difficile | Difficult

STIERGARTEN > SIGNAU
↔ Länge | Lunghezza | Length: 6,83 km
↕ Höhenunterschied | Dislivello | Drop: 660 m

STANDSCHÜTZEN TRAIL

Schwierig | Difficile | Difficult

ROTWAND | CRODA ROSSA > SIGNAU
↔ Länge | Lunghezza | Length: 4,22 km
↕ Höhenunterschied | Dislivello | Drop: 485 m

SIGNAU > BAD MOOS
↔ Länge | Lunghezza | Length: 19 km
↕ Höhenunterschied | Dislivello | Drop: 100 m

ITALY'S ATTRACTIONS

- Punka Bike Center - Rental
- Helm Monte Elmo
- Rotwand Croda Rossa
- Haundl Monte Baranci & Funibob
- Toblacher See Lago di Dobbiaco Lake Dobbiaco
- Kneipp Naddendorf Kneipp Villabassa
- Prager Wildsee Lago di Braies Lake Prags
- Bruneck Brunico

AUSTRIA'S ATTRACTIONS

- Vitalpinum
- Galitzklamm Gola della galla Galitzklamm gorge
- Lienz

Service- und Retourestelle Assistenza e restituzione bici Bike return & service point

San Candido/Innichen - Lienz San Candido/Innichen - Brunico/Bruneck Start Versciaco/Vierschach

EASY

DREI ZINNEN | TRE CIME DI LAVAREDO 2.999 m

MONTE CRISTALLO 3.221 m

SEEKOFEL | CRODA DEL BECCO 2.810 m

PEITLERKOFEL | SASS DE PUTIA 2.875 m

VERSCHIACO VIERSCACH 1154 m

LIENZ 673 m

THAL

MITTEWALD

ABFALTERSBACH

TASSENBACH

SILLIAN

PRATO ALLA DRAVA WINNERBACH

SAN CANDIDO INNICHEN

DOBBIAO TOBLACH

VILLABASSA NIEDERDOIF

HONGUELFEL WELSBERG

VALDAORA OLANO

PERCA PERCHA

BRUNICO BRUNECK 836 m

SAN LORENZO ST. LORENZEN

CASTELDAARNE EHRENBURG

← START →
PUNKA BIKE CENTER - RENTAL

38 km | 2,5 h | ▲ 72 hm | ▼ 546 hm

35 km | 3 h | ▲ 202 hm | ▼ 519 hm

ZUG | TRAIN | TRENO

WINTER

115 km
Pisten | Piste | Slopes

100%

Pisten jederzeit beschneit
Piste con sistema di innevamento
Slopes with tencical snow-making

27

Skihütten | Rifugi | Ski huts

1 Nachtlagesgebiet (Haunold)
Ski area notturna (Monte Baranci)
Night skiing area (Monte Baranci)

31

Aufstiegsanlagen
Impianti di risalita
Cable cars

2 Rodelbahnen (mit Lift)
Piste da slittino (con impianti)
Toboggan runs (with cable cars)

SEASON
SKIPASS

22.09.25 - 09.11.25

up to - 20%

14.11.25 - 24.12.25

up to - 10%

from 25 December

Full Price

3 ZINNEN SUMMERTICKETS

3 ZINNEN MOUNTAIN CARD



Mit der 3 Zinnen Mountain Card kannst du alle geöffneten Bergbahnen in der Region 3 Zinnen Dolomiten unbegrenzt nutzen und somit alle unsere Ausflugsberge erleben. Fahrradfahrer können zur 3 Zinnen Mountain Card den Transport des Bikes dazu buchen. (Bei Fahrradtransport bei der Seisbahn Haunold)



Con la 3 Zinnen Mountain Card puoi usufruire di tutti gli impianti di risalita, **senza limitazioni** e scoprire così la nostra magnifica montagna. Gli amanti delle biciclette possono prenotare anche il trasporto delle loro bike. (Trasporto bici vietato sulla seggiovia Monte Baranci)



With the 3 Zinnen Mountain Card you can use all the open cable cars of the holiday region 3 Zinnen Dolomites for **unlimited time** and thus experience all our excursion mountains. Bike fans can book the transport of their bike in addition to the 3 Zinnen Mountain Card. (No bike transport at the chairlift Monte Baranci)

Erhältlich für | Acquistabile per | Available for

1 Tag | giorno | day

3 in 4 Tage | giorni | days

5 in 7 Tage | giorni | days

6 in 10 Tage | giorni | days

TO THE PRICES



dreizinnen.com/mountaincard

MOUNTAIN CARD PUSTERTAL



Mit der Mountain Card Pustertal kannst du mehrere Berg- und Talfahrten bei 15 Bergbahnen in folgenden Ausflugsgebieten nutzen: 3 Zinnen Dolomites, Kronplatz, Speikboden, Klausberg, Gitschberg Jochtal.



Con la Mountain Card Pustertal puoi usufruire di diverse andate e ritorni presso 15 impianti di risalita delle seguenti mete: 3 Zinnen Dolomites, Kronplatz, Speikboden, Klausberg, Gitschberg Jochtal.



With the Mountain Card Pustertal you can use multiple up and downhill rides at 15 cable cars at the following mountains: 3 Zinnen Dolomites, Kronplatz, Speikboden, Klausberg, Gitschberg Jochtal.

Berg- & Talfahrt | Salita e discesa | Up and down

3x in 6 Tage | giorni | days

6x in 7 Tage | giorni | days

10x im Sommer | in estate | in summer

TO THE PRICES



mountaincard.it

ONLINE SHOP

up to -8%

Kaufe dein Ticket online im 3 Zinnen Dolomites Shop - bequem, günstiger und ohne Warteschlangen!



Acquista il tuo biglietto online nel 3 Zinnen Dolomites Shop - comodo, più economico e senza code!



Buy your ticket online in the 3 Zinnen Dolomites Shop - convenient, cheaper and without queues!

TO THE ONLINE SHOP



dreizinnen.com/shopsommer

NEW 3 ZINNEN DOLOMITES APP



HELM MONTE ELMO

HIGHLIGHTS

- Familienrundweg Opperl's Bergwelt mit Barfußpfad | Escursione nel Parco Natura Opperl con sentiero a piedi nudi | Family trail Opperl's nature path with barefoot trail
- Sonnenaufgangstour | L'alba in vetta | Sunrise tour
- Karnischer Höhenweg | Alta Via Carnica
- Giro Bike Tour
- Reinhold Messner Haus NEW
- Punka Bike Center



STIERGARTEN

HIGHLIGHTS

- Karnischer Höhenweg | Alta Via Carnica
- Sextner Almenwanderung | Escursione sui pascoli di Seato | Alpine pasture hike rif. Alpe Nemes Alm - Mälga Coltrondo Alm
- Hennstoll | Rifugio Pollau
- Klettersteig Kingigt | Via ferrata Kingigt

dreizinnen.com/summeropeningtimes

OUR OPENING TIMES



HAUNOLD MONTE BARANCI

HIGHLIGHTS

- Reisenreich Haunold | Regno del Gigante Baranci |
- Funbob Sommerrodelbahn | Pista bob su rotaia | Summer toboggan run
- Zwergendorf und Kletterparcours | Nascondiglio degli gnomi e percorso d'arrampicata | Little Wood Village and rope course
- Reisen Barfuß-Seen | Leghetti a forma di piedi gigante | "Giant's footprint" lakes



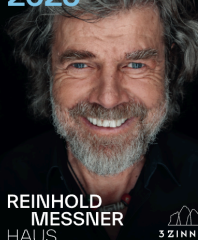
ROTWAND CRODA ROSSA

HIGHLIGHTS

- Erlebnisweg Felsengesteir | Parco alpino Spiriti delle Rocce | Family Park Rocky Spirits NEW
- Freilichtmuseum 1. Weltkrieg | Museo 1^a guerra mondiale | Open air museum 1. World War Belium Aqueductum
- Klettersteig Rotwandspitze | Via ferrata Cima Croda Rossa
- Klettersteig Azzurperkopf | Via ferrata Campanie Colosel
- Klettersteig Zandonella | Via ferrata Zandonella



OPENING SUMMER 2025



REINHOLD MESSNER
HAUS



3 ZINNEN MOUNTAIN HERO



DIE KLEINEN GÄSTE WERDEN ZUM 3 ZINNEN MOUNTAIN HERO

- Kaufe eine 3 Zinnen Mountain Card und hole dir 3 Zinnen Mountain Hero Armband für deine Kinder ab.
- Besucht jedes der folgenden 4 Ausflugsgebiete: **Reisenreich Haunold**, **Opperl's Bergwelt**, **Erlebnisweg Felsengesteir** und **Stiergarten** UND zwickst an jeder Station das Armband ab.
- Zeig das Armband mit allen Stempeln an der Bergbahnkassa und holt euch gratis eines unserer süßen Plüschtiere. Bei zusätzlicher Fahrradmitnahme in Punka Bikecenter, kann mit 5 Stempeln zwischen Plüschtier und 3 Zinnen Mountain Hero T-Shirt gewählt werden.

Nur mit der 3 Zinnen Mountain Card möglich.

3 ZINNEN MOUNTAIN HERO



I PICCOLI OSPITI DIVENTANO UN 3 ZINNEN MOUNTAIN HERO

- Acquista una 3 Zinnen Mountain Card e ritira il braccialetto 3 Zinnen Mountain Hero per i tuoi bambini.
- Visitate ciascuna delle seguenti 4 destinazioni: **Regno del Gigante Baranci**, **Parco Natura Opperl**, **Spiriti delle Rocce** e **Stiergarten** E timbrate il braccialetto ad ogni fermata.
- Mostrate il braccialetto con tutti i timbri alla cassa per ricevere gratis uno dei nostri simpatici animali di peluche. Se noleggiare anche una bicicletta al Punka Bikecenter, con 5 timbri potete scegliere tra un peluche e una maglietta 3 Zinnen Mountain Hero.

Possibile solo con la 3 Zinnen Mountain Card.

3 ZINNEN MOUNTAIN HERO



THE LITTLE GUESTS BECOME A 3 ZINNEN MOUNTAIN HERO

- Buy a 3 Zinnen Mountain Card and pick up the 3 Zinnen Mountain Hero bracelet for your kids.
- Visit each of the following 4 destinations: **Giant's Home Baranci**, **Opperl's Nature Park**, **Family Park Rocky Spirits** and **Stiergarten** AND pinch off your bracelet at each stop.
- Show your wristband with all stamps at the ticket office and get one of our cute soft toys. With additional bike rental at the Punka Bikecenter, with 5 stamps you can choose between a soft toy and a 3 Zinnen Mountain Hero T-shirt.

Possible only with the 3 Zinnen Mountain Card.

WEEKLY PROGRAM



dreizinnen.com/summerweek

DIENSTAG MARTEDI TUESDAY	FREITAG VENERDI FRIDAY
Sunrise tour Helm - Monte Elmo dreizinnen.com/sunrise	Dolomites Yoga Helm - Monte Elmo dreizinnen.com/mountainyoga
MITTWOCH MERCOLEDI WEDNESDAY	SONNITAG DOMENICA SUNDAY
Funbob by night Haunold - Monte Baranci dreizinnen.com/funbobbynight	3 Zinnen Mountain Brunch Helm - Monte Elmo dreizinnen.com/brunch
DONNERSTAG GIOVEDI THURSDAY	MI, SA, MER, SAB, WED, SAT
Guided visit to the outdoor museum Rotwand - Croda Rossa bellumequilibrium.it	Giro Bike Tour Helm - Monte Elmo dreizinnen.com/girobiketour
FREITAG VENERDI FRIDAY	TÄGLICH OGNI GIORNO DAILY
Giant Baranci Kids' Party Haunold - Monte Baranci dreizinnen.com/kidsparty	Helmet VIP Experience Helm - Monte Elmo dreizinnen.com/vip
FREITAG VENERDI FRIDAY	TÄGLICH OGNI GIORNO DAILY
Mountain & Prosecco Helm - Monte Elmo dreizinnen.com/mountainprosecco	Reinhold Messner Haus Helm - Monte Elmo dreizinnen.com/rmh

HIKE & BIKE



more information
Hiking Guide