

Südtirols Dolomiten entdecken – 3 unvergessliche Biketouren ab dem Maria Adventure Family Hotel & Lodge

Die Dolomiten sind ein Paradies für Radfahrer – ob mit dem Rennrad, Gravelbike oder Mountainbike. Rund um das Maria Adventure Family Hotel & Lodge erwarten euch atemberaubende Pässe, idyllische Almen und spektakuläre Panoramen. Wir stellen euch drei Insider-Touren vor, die euch garantiert in den Bann ziehen.

1. Rennradrunde über zwei Pässe – San Pellegrino & Valles

Start: Predazzo (30 km vom Hotel Maria)

Länge: 45 km | **Höhenmeter:** 1.500 Hm | **Schwierigkeit:** mittelschwer

Diese sportliche Rennradtour führt euch über zwei legendäre Dolomitenpässe: Der Passo San Pellegrino (1.918 m), mehrfaches Etappenziel des Giro d'Italia, bietet abwechslungsreiche Anstiege und enge Serpentinaen. Der Passo Valles (2.032 m) beeindruckt mit einer steilen Auffahrt durch Wälder und Almwiesen sowie einer technisch anspruchsvollen Abfahrt entlang des Flusses Travignolo.

Insider-Tipp von Christoph Kofler: „Auf beiden Pässen ist wenig Autoverkehr – perfekt für Rennradfans, die Ruhe und Natur genießen wollen.“

2. Gravelbike-Tour mit Dolomiten-Panorama

Start: Hotel Maria

Länge: 45 km | **Höhenmeter:** 1.200 Hm | **Schwierigkeit:** mittelschwer

Ein Highlight für Gravelbike-Liebhaber: Fahrt zum smaragdgrünen Karersee, einer der schönsten Seen Südtirols. Nach einem moderaten Anstieg erreicht ihr den Niglerpass (1.690 m) mit Blick auf Latemar, Rosengarten und Schlern. Die Abfahrt führt über Obergrummer und Welschnofen zur urigen Stadl Alm.

Einkehr-Tipp: Unbedingt die herzhafteste Brotzeit auf der Stadl Alm genießen – der Bergblick ist legendär.

3. Mountainbike-Abenteuer: Latemar Ronda

Start: Obereggen

Länge: 39 km | **Höhenmeter:** 300 Hm | **Schwierigkeit:** leicht; für Familien ab 8 Jahren

Perfekt für Familien und Genussbiker: Von Obereggen gemütlich am Karersee vorbei zum Karerpass (1.752 m). Danach geht es nach Moena, die „Fee der Dolomiten“, entlang des Flusses Avisio. Mit der Seilbahn geht es zum Passo Feudo (2.175 m), bevor abwechslungsreiche Trails zurück nach Obereggen führen.

Familien-Tipp: Die sanften Trails machen die Tour auch für Kinder ab 8 Jahren zum Erlebnis.

Geheimtipps für Biker im Dolomiten-Urlaub

1. Früh starten – Die Dolomiten sind beliebt, wer morgens losfährt, erlebt sie in Ruhe.
2. Wetter-Check – In den Bergen kann das Wetter schnell umschlagen.
3. Energie mitnehmen – Riegel oder Trockenfrüchte geben extra Kraft.
4. Fotostopps einplanen – Die Panoramen sind ein Traum.

FAQ – Biken in Südtirol

Welche Jahreszeit ist ideal?

Mai bis Oktober – im Hochsommer früh starten, um Hitze zu vermeiden.

Brauche ich ein spezielles Bike?

Rennrad für die Passrunden, Gravelbike für gemischte Wege, Mountainbike für Trails.

Kann ich Touren mit Kindern fahren?

Ja, besonders die Latemar Ronda eignet sich für Familien.