





# Montag, 19.05.

E-Mountainbike: Völlander Badl Tour\*\*\*

Gesamtlänge: ca. 26 km Fahrzeit: ca. 3:00 Stunden Höhenunterschied: 860 m m Gesamtlänge: ca. 43 km Fahrzeit: ca. 2:00 Stunden Höhenunterschied: 130 m

Rennrad: Die Etschtal 8 \*

### Dienstag, 20.05.

Leichte Tour: Zum Messner Mountain Museum \*\*

Gesamtlänge: ca. 32 km Fahrzeit: ca. 3:00 Stunden Höhenunterschied: 240 m Mountainbike: Naturnser Alm Tour \*\*\*

Gesamtlänge: ca. 36 km Fahrzeit: ca. 4:00 Stunden

Höhenmeter: ↑ 450 m ↓ 1.650 m

Fahrtechnikkurs mit Übungsrunde (Treffpunkt 17:00 Uhr in der Sportzone Nals)

## Mittwoch, 21.05.

Mountainbike: Apollonia/Sirmian Tour \*\*\*

Gesamtlänge: ca. 24 km Fahrzeit: ca. 3:00 Stunden Höhenunterschied: 870 m Mountainbike: Tschöggelberger Almen Tour \*\*\*

Gesamtlänge: ca. 52 km Fahrzeit ca. 5:00 Stunden

Höhenunterschied: ↑ 700 m ↓ 1.600 m







#### Donnerstag, 22.05.

Leichte Tour: Burg Hocheppan Tour \*\*

Gesamtlänge: ca. 29 km Fahrzeit: ca. 3:00 Stunden Höhenunterschied: 350 m Rennrad: Mendel/Gampen Runde \*\*\*

Gesamtlänge: ca. 74 km Fahrzeit: ca. 4:30 Stunden Höhenunterschied: 1.770 m

E-Bike - Fahrtechnikkurs mit Übungsrunde (Treffpunkt 17:00 Uhr in der Sportzone Nals)

## Freitag, 23.05.

Leichte Tour: Pitzoner Runde \*\* Gesamtlänge: ca. 12 km

> Fahrzeit: ca. 1:40 Stunden Höhenunterschied: 380 m

Mountainbike: Montiggler Wald \*\*\* Gesamtlänge: ca. 30/50 km Fahrzeit: ca. 3-5:00 Stunden Höhenunterschied: 400/800 m

Anmeldung: Am Vortag bis 12:00 Uhr im Infobüro Nals.

Treffpunkt & Start der Touren ist um 9:00 Uhr auf dem Rathausplatz im Zentrum von Nals.

E-Bike: Alle Touren sind auch mit dem E-Bike machbar. Sollten Sie ein E-Bike verwenden, dann

bitte geben Sie diese Information bei Ihrer Anmeldung bekannt!

Teilnahmekosten: € 30,00 pro Tour → Kostenlose Teilnahme für die Gäste unserer

Mitgliedsbetriebe! (Seilbahnbenutzung ausgenommen)

Unsere Levels: \* leicht bis \*\*\*\* sehr anspruchsvoll

Autor: Florian Pallweber

#### Tourismusverein Nals

Rathausplatz 1/A · 39010 Nals · Tel. +39 0471 678 619 · info@nals.info · www.nals.info