




































Roadbook 86km 4.500 hm

Nr.	km	m	hm.	Richtung	Beschreibung	Südtirol Sellaronda HERO	Energy-Tecnical Zones/ Zeitlimit
1	0	300	1.557		Start Wolkenstein	Mëisulesstr. (Zentrum Wolkenstein)	
2	300	596	1.565		Einfahrt Dantercepiësstraße	Links abbiegen Richtung Dantercepiës Bahn	
3	896	722	1.635		Talstation Dantercepiës	Anfang Forststraße – dann Aufstieg	
4	1.618	2.600	1.726		Zone Risaccia	Rechts auf Forststr. weiterfahren - Steigung 17%	
5	4.218	1.100	2.129		Panorama Hütte	Geradeaus weiter, dem Skilift Panorama entlang	
6	5.318	1.200	2.272		Bergstation Dantercepiës	Beginn der Abfahrt auf Forstweg	
7	6.518	1.500	2.122		Weg Grödnerjoch	Rechts abbiegen und um das Hotel Cir fahren, von der Hauptstraße beginnt das Single Trail Frara	
8	8.018	2.000	1.960		Parkplatz Pisciadù	Überquerung Parkplatz – Weg hinabfahren	
9	10.018	1.300	1.781		Hotel Mesoles	Rechts über Parkplatz und Free ride weiter	
10	11.318	1.600	1.680		Hotel Lujanta	Beginn der Forststraße – immer geradeaus	
11	12.918	600	1.541		Gondelbahn Boè	Corvara - Beginn asphaltierter Straße - Steigung	Energy Point Tecnical Zone













Roadbook 86km 4.500 hm

12	13.518	900	1.570		Kreuzung Friedhof Corvara	Links abbiegen – Steigung Richtung Arlara	
13	14.418	2.500	1.690		Talstation des Sessellifts Arlara	Beginn des Landweges – Abzweigung links - Forststraße - Steigung bis zu 26%	
14	16.918	700	2.020		Arlara Bergstation	Links abbiegen – eben bzw. leichter Anstieg	
15	17.618	700	2.000		Braia Fraida - Kreuzung mit kurzer Strecke	Weg rechts abbiegen - Anstieg zur Bioch Hütte 60 km Strecke und 86 km Strecke teilen sich	Time Limit 11.45
16	18.318	1.800	2.069		Bioch Hütte	Leichte linksabbiegende Forstr. – dann leichter Anstieg	
17	20.118	1.300	2.157		Pralongia Hütte	Abfahrt nach rechts auf Forstr. Richtung Murmeltier Hütte	
18	21.418	2.400	1.886		Murmeltier Hütte	Leicht ansteigender Weg (50m) – geradeaus - Jägerweg	
19	23.818	500	2.107		Durchquerung Skipiste	Abfahrt der Skipiste ca. 100 m, dann links im Waldweg abbiegen	
20	24.318	1.000	1.848		Staatsstraße Campolongo	Hauptstraße links in Richtung Campolongopass	
21	25.318	1.900	1.864		Campolongopass	Rechts abbiegen auf Wiese – dann steile Abfahrt auf Landstraße	Time Limit - 12.30pm
22	27.218	200	1.597		Arabba - Überquerung der Staatsstr - auf der rechten Seite	Unterhalb der Kirche durch den asphaltierten Parkplatz fahren und weiter über die schmale Holzbrücke	Energy Point Tecnical Zone
23	27.418	200	1.605		Kreuzung mit kurzer Strecke	Rechts abbiegen Richtung Wald, unter der Seilbahn	












Roadbook 86km 4.500 hm

24	27.618	300	1.620		Fitnessweg Arabba	Einstieg auf Schotterweg, Aufstieg, dann Abfahrt	
25	27.918	2.000	1.610		Kleine Abzweigung im Wald	Geradeaus weiter	
26	29.918	800	1.624		Turnstange	Geradeaus, dann starke Steigung und Abfahrt	
27	30.718	500	1.612		Kreuzung im Wald	Steigung bis zu 18%	
28	31.218	1.180	1.676		Beginn Abfahrt	Steile und gefährliche Abfahrt	
29	32.398	555	1.500		Holzbrücke	Nach der Brücke, sofort rechts	
30	32.953	100	1.433		Renaz, Asphalt	Nach Erreichen der Straße, nach der Kirche, sofort rechts hinunter	
31	33.053	500	1.450		Crepaz	Nach Häusergruppe, Straße entlang nach Ornella	
32	33.553	2.600	1.373		Starke Steigung auf Asphalt	Kreuzung – rechte Umkehrung Richtung Ornella – weiter auf asphaltierter Straße	
33	36.153	1.500	1.510		Ornella e Col D'Ornella	Rechts – Beginn steile Auffahrt auf Forstweg	
34	37.653	3.100	1.900		Kruzifix	Leichte Rechtskurve – weiter Auffahrt (ca. 300m)	
35	40.753	800	2.190		Mittelstation Gondelbahn Portavescovo	Links abbiegen auf der Landstraße Richtung Padonpass – Rechts vom See	Water Point

Roadbook 86km 4.500 hm

36	41.553	1.677	2.233		Kreuzung rechts	Abfahrt – danach Anstieg Richtung Portavescovo – Beginn der Landstraße	
37	43.230	2.400	2.359		Unter dem Portavescovo	Kreuzung – fortfahren in Richtung Pordoijoch auf einer Landstraße	
38	45.630	2.300	2.131		Pordoijoch Weg	Links Einfahrt im Weg Sas Ciapel abbiegen – schwieriger Abschnitt Richtung Pordoijoch (Vorsicht geboten)	
39	47.930	900	2.140		Restaurant Lezuo Einfahrt Staatsstraße Pordoijoch	Einfahrt Staatsstraße Richtung Pordoijoch	
40	48.830	210	2.250		Pordoijoch	Geradeaus weiter	
41	49.040	1.590	2.240		Pordoijoch	Geradeaus – links Beginn Weg – Abfahrt mit Zementrinnen	
42	50.630	110	2.162		Hotel Garni Gonzaga	Nach 100 m Beginn Asphaltstr. Pordoi - Canazei	
43	50.740	2.010	2.158		„Casa Cantoniera“ Pordoi	Rechts abbiegen Richtung „Casa Cantoniera“ – Glühweinweg – teils technisch sehr anspruchsvoll	
44	52.750	1.580	1.864		Pian de Schiavaneis	Überquerung der Staatsstr. – geradeaus fahren – wird steiler	Time Limit - 4pm Energy Point
45	54.330	200	1.683		Lupo Bianco	Kreuzung mit kurzer Strecke, weiter auf Asphalt	Technical Zone
46	54.530	1.400	1.680		Lupo Bianco	Rechts abbiegen – Beginn technischer Teil – gerade weiter	
47	55.930	1.600	1.440		Canazei Zentrum	Einfahrt asphaltierte Straße Richtung Skischule und Sportplatz Canazei	

Roadbook 86km 4.500 hm

48	57.530	500	1.416		Canazei – Spazierweg Richtung Campitello	Einfahrt im Spazierweg Richtung Campitello	
49	58.030	1.400	1.380		Hotel Camminetto	Richtung Hotel Camminetto fahren – Überquerung Staatsstr. um dort Landstr. hinter Hotel zu nehmen	
50	59.430	900	1.490		Einfahrt Staatsstr. Richtung Dorf Pian	Fortfahren auf der leichten Steigung	
51	60.330	2.900	1.510		Pian di Campitello	Nach Durchquerung des Dorfes Fondo di Piavè, fortfahren auf Forststr. Richtung Duron (harter Aufstieg)	
52	63.230	3.150	1.850		Micheluzzi Hütte	Landstraße wird etwas ebener Richtung Mahlknechtjoch	
53	66.380	2.650	1.962		Antermoia Hütte	Beginn einer steilen anstrengenden Auffahrt Richtung Mahlknechtjoch – Forststraße	
54	69.030	400	2.178		Mahlknechtjoch	Abfahrt auf Forststraße	
55	69.430	3.000	2.100		Dialer	3 km Abfahrt bis zur Kreuzung Zallinger	
56	72.430	3.400	1.750		Tirler- Kreuzung Zallinger	Starke Rechtskurve – Aufstieg Richtung Zallinger	
57	75.830	1.200	2.074		Überschreitung Zallinger	Am Gipfel leichte Abfahrt links	Water Point
58	77.030	1.900	1.900		Tor	Nach den Hütten – entlang der Forststraße weiter	

Roadbook 86km 4.500 hm

59	78.930	2.400	1.750		Einfahrt Forststr. Richtung Monte Pana	Rechts in die Forststraße abbiegen – Abfahrt Richtung Monte Pana	
60	81.330	1.980	1.707		Kreuzung bei Monte Pana	Vom Monte Pana rechts abbiegen Richtung Strenc – Überquerung der Piste Mont de Sëura – leichter Aufstieg	
61	83.310	570	1.770		Strenc	Links abbiegen – über die Brücke – Kreuzung mit kurzer Strecke	
62	83.880	600	1.777		Überquerung der Weltcup Piste Saslong	Leichter Aufstieg, Überquerung der Piste unter Kamelbuckel – weiter auf Forststraße	
63	84.480	1.100	1.790		Frataz	Kreuzung mit leichter Auffahrt um weiter links abzufahren	
64	85.580	400	1.600		Kreuzung mit Forststraße	Auffahrt im Wald ca. 50m	
65	85.980	250	1.597		Reitstall Pozzamanigoni	Abfahrt auf ca. 300 m asphaltierte Straße	
66	86.230	600	1.558		La Sëlva	Am Ende der Abfahrt rechts Spazierweg Richtung Wolkenstein – leichte Abfahrt	
67	86.830	500	1.560		Selva- la Pineta	Hotel La Pineta Parkplatz auf dem Weg weiterfahren	
68	86.000		1.543		Ziel - Wolkenstein Nives Platz	Letzten 200 m auf asphaltierter Straße bis zum Ziel – Nives Platz	