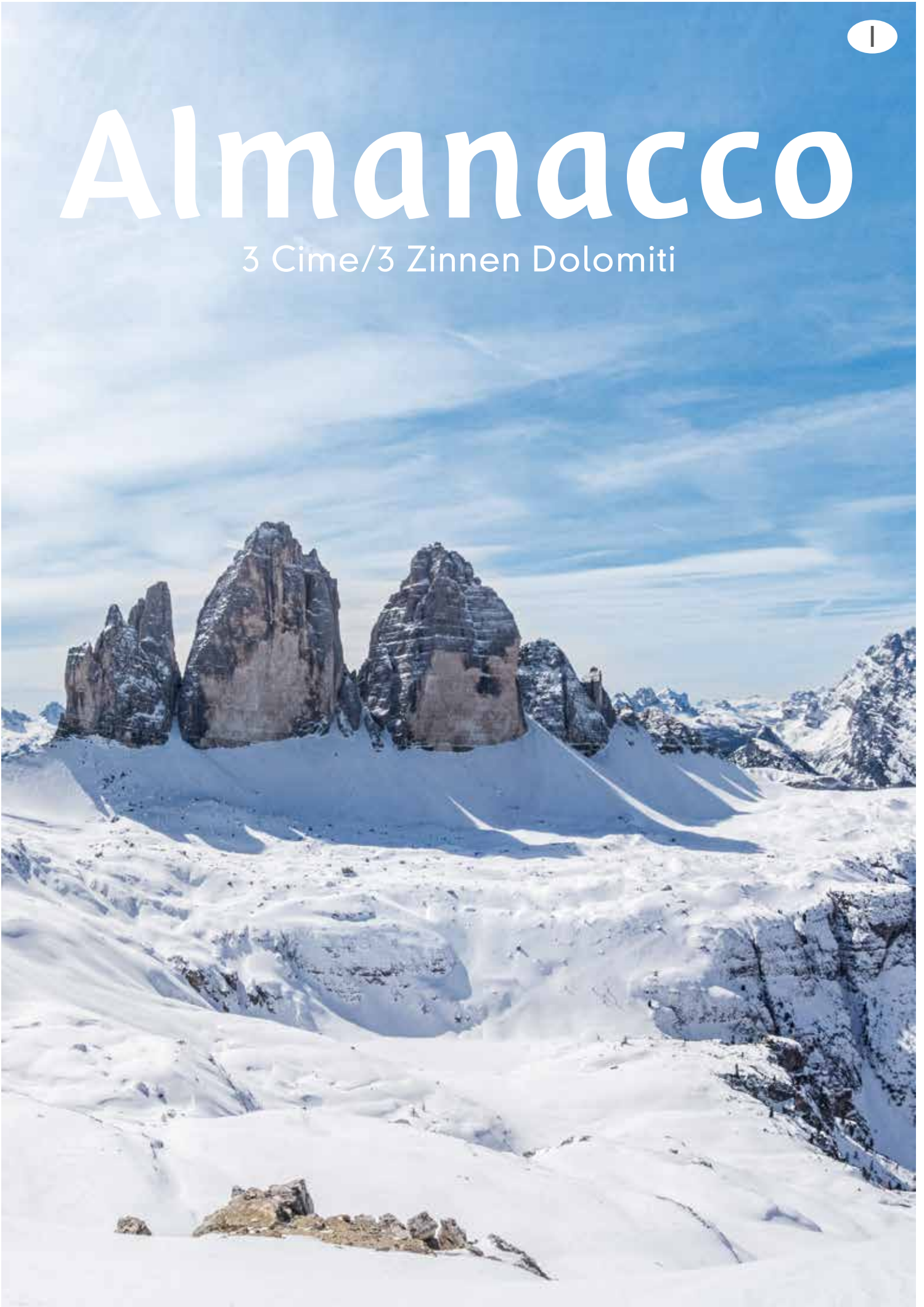
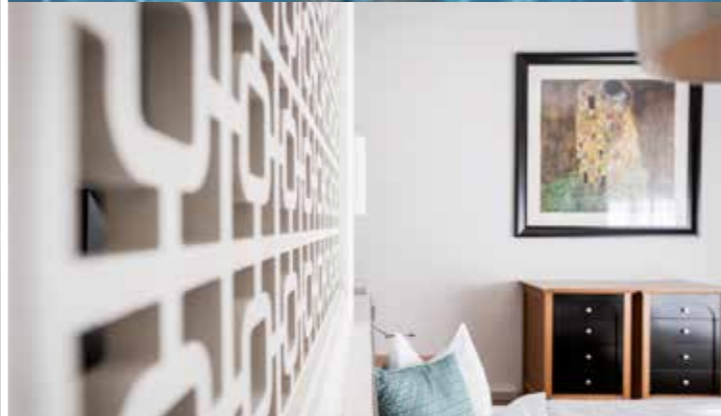


# Almanacco

3 Cime/3 Zinnen Dolomiti



life can be so **sweet.**



FOR FAMILIES



FOR ADULTS

Innichen | San Candido  
Tel. 0039 0474 913 133  
info@posthotel.it  
www.posthotel.it



## Mercatino di Natale

**29/11/19 - 06/01/20**

**ALL'INSEGNA DELLA TRADIZIONE  
E DELLA NATURALIZZA**



” Per me è il più caratteristico di tutti i mercatini natalizi. Palcoscenico delle Dolomiti Patrimonio dell'Umanità, San Candido luogo di cultura e storia per rivivere ancora la genuinità della natura...

29/11/19 - 01/12/19	ore 10.30 - 19
06/12/19 - 08/12/19	ore 10.30 - 19
13/12/19 - 15/12/19	ore 10.30 - 19
19/12/19 - 06/01/20	ore 10.30 - 19
24/12/2019	ore 10.30 - 15
<b>25/12/2019</b>	<b>chiuso</b>

**28/03/20 - 13/04/20**

**VI ASPETTANO  
BELLISSIMI PREMI!**

**Il coniglietto di Pasqua ha nascosto tante uova nelle vetrine dei negozi di San Candido.**

Coloro che riescono a trovare tutte le uova di Pasqua aspettano bellissimi premi: weekend di benessere, buoni d'acquisto e tanti altri premi!

## La più grande caccia alle uova di Pasqua delle Dolomiti



[www.sancandido.info](http://www.sancandido.info)



## Care lettrici, cari lettori,

benvenuti nella zona delle 3 Cime nelle Dolomiti!



La nostra priorità? Bene, innanzitutto naturalmente il benessere in senso lato dei nostri ospiti. Un intento che perseguiamo anima e corpo, perché la vacanza dei vostri sogni diventi realtà! Formazioni rocciose assolutamente spettacolari e paesaggi mozzafiato - le famose Dolomiti Patrimonio Mondiale UNESCO - innumerevoli proposte di sport invernali, infrastrutture all'avanguardia, quieti paradisi di benessere, strutture ricettive accoglienti, cultura ricca e viva ... questo e molto altro ancora faranno del vostro soggiorno nella terra delle Tre Cime un'esperienza indimenticabile, il cui ricordo e le cui suggestioni ci auguriamo vi accompagnino a lungo. Infatti, i giorni di vacanza sono come oasi nel deserto della quotidianità (©Hermann Lahm).

E anche con questo numero dell'Almanacco, la nostra amata pubblicazione per gli ospiti, vorremmo rendere la vostra vacanza ancora più ricca, facendovi conoscere e apprezzare ancor più da vicino la nostra terra delle Tre Cime. Lasciatevi condurre per mano da noi. Per conoscere meglio questo nostro mondo, condividere le nostre tradizioni, sperimentare eventi top, sia culturali che sportivi. Per conoscere non solo la gente, ma anche il mondo della flora e della fauna. Sulle nostre pagine troverete tante notizie utili e interessanti approfondimenti riguardanti zona delle 3 Cime nelle Dolomiti.

Vi auguriamo quindi buona lettura e siamo sempre a disposizione nei nostri uffici per rispondere alle vostre domande e offrirvi ulteriori informazioni.

E, soprattutto, vi auguriamo tanti momenti gioiosi nella zona delle 3 Cime nelle Dolomiti. Godete appieno di tutto, serbate i ricordi più belli e ... tornate!

Le Associazioni Turistiche della zona delle 3 Cime nelle Dolomiti



Sporthotel Tyrol \*\*\*\* | Via Drava 12 San Candido | Tel. +39 0474 913 198 | info@sporthoteltyrol.it | [www.sporthoteltyrol.it](http://www.sporthoteltyrol.it)

# In questa edizione

Inverno 2019/20

**Inverno: tutto ciò che lo rende speciale**

Comprensorio sciistico  
Tre Cime/3 Zinnen Dolomiti  
..... 8-14

**Il senso per la neve**

Rudolf Egarter  
..... 16-18

**Sport invernali e attenzione per l'ambiente**

110 chilometri di piste distribuite su cinque montagne  
..... 19-21

**Sci di fondo con vista**

Zona delle Tre Cime nelle Dolomiti  
..... 22-23

**Sci di fondo con disabilità? Si può!**

Fondisti con deficit visivo  
..... 24-25

**Orienteering:**

**Il cammino è la meta**  
Corsa orientamento  
..... 26-28

**150 anni dalla prima ascensione alla Cima Grande**

Pietre miliari delle Alpi  
..... 30-33

**L'evoluzione delle piante**

Mostra temporanea al Dolomythos  
..... 34-35

**San Candido e la sua storia**

Una carrellata di immagini  
..... 37-39

**I 1250 anni di San Candido**

Un anniversario ricco di eventi  
..... 40-42

**La vita di un tempo**

... che si ferma ... che continua  
..... 44-46

**La cucina contadina**

"Mosa" e zuppe  
..... 48-49

**L'importanza e il significato del costume tradizionale**

Costume tipico della Val Pusteria  
..... 50-53

**Astro del ciel ...**

Il mercatino di Natale di Dobbiaco  
..... 54-56

**Il Bosco incantato di Natale a Braies**

da Alpe Pragas e al Lechnerhof  
..... 58-61

**Il suono del natale**

I "Turmläser" di Villabassa  
..... 62-63

**Questione di musica**

Sigisbert Mutschlechner  
..... 64-65

**Il Rifugio Lachwiesen**

Ricetta: Strauben con marmellata di mirtilli rossi  
..... 66

**Get social!**

..... 68-69



## EDITORIALI

**Pubblicazione:** dicembre e giugno (2 volte all'anno: estate & inverno)  
**Editore:** Associazioni Turistiche della zona delle 3 Cime nelle Dolomiti  
**Direttore responsabile:** Judith Steinmair  
**Grafica e impaginazione:** Agenzia Pubblicitaria Rotwild (Bressanone) - www.rotwild.it | **Stampa:** Südtirol Druck  
**Redazione e coordinazione:** Judith Steinmair  
**Traduzioni:** Maria Luisa Schäfer  
**Foto di copertina:** Harald Wishtaler

Tutte le informazioni sono riportate senza garanzial

RUDLERHOF &  
CHALET RUDANA  
DOLOMITI RESIDENCE



La vacanza per tutti quelli che si godono la libertà senza rinunciare a comfort e servizi.

- Posizione centrale ma tranquilla • A 150 m dalla funivia Monte Elmo e dalla fermata dell'autobus
- Colazione su richiesta • Ampia sala giochi per bambini • Luna & Terra Spa • Garage • Ascensore
- Deposito sci sicuro con scaldia scarponi • Lavanderia e stireria • Senza barriere architettoniche

### RUDLERHOF

10 accoglienti e spaziosi appartamenti per 2-6 persone con zone notte separate, arredi graziosi e una piacevole atmosfera altoatesina.

### CHALET RUDANA

Esclusiva esperienza vacanziera in armonia con la natura. Cinque appartamenti in stile chalet dall'anima in legno massiccio dotati di due balconi, cabina a infrarossi privata e stufa in maiolica. Ideali per 2-5 persone.

Rudlerhof & Chalet Rudana • Fam. Egarter • Via Europa 6 • 39030 Sesto • Alto Adige/Alta Pusteria  
T. +39 0474 710 335 • info@rudlerhof.com • www.rudlerhof.com • www.rudana.it



BIBITE - ENOTECA  
**Egarter**  
www.egarter.it

LUN - VEN: ore 08.00 - 12.00 / 14.00 - 18.00 • SAB: ore 08.30 - 12.00 / 15.00 - 17.00  
OTTOBRE, NOVEMBRE, APRILE, MAGGIO: sabato pomeriggio chiuso

Zona artigianale »Schmieden« - Via Sonnwend, 21 - 39030 SESTO - Tel. +39 0474 710116

Per ogni occasione la bevanda adatta e il vino giusto...

I nostri partner:  
 **Raiffeisen**  
Meine Bank  
La mia banca



*Inverno:*

TUTTO  
CIÒ CHE  
LO RENDE  
SPECIALE



È facile esprimere la qualità di una regione sciistica in cifre, ma molto più piacevole è farlo sulla base di racconti carichi di emozioni. Il comprensorio sciistico Tre Cime/3 Zinnen Dolomiti propone una vastissima gamma di esperienze tutte da vivere, tra le quali trovano spazio anche momenti di felicità del tutto personalizzati.



Nella zona delle Tre Cime/3 Zinnen in Alta Pusteria gli spostamenti assumono una connotazione di particolare qualità. Qui, nella parte nordorientale dell'Alto Adige si può viaggiare naturalmente in macchina, ma anche in treno - modalità comoda e del tutto normale. Ma ecco la parte più interessante: gli ospiti (e pure la gente del posto) hanno la possibilità di muoversi anche con gli sci da discesa e con gli sci da fondo. Si tratta di mezzi non solo più salubri ed economici, ma anche più entusiasmanti e intensi da sperimentare.

#### Come funzionano gli spostamenti con gli sci da discesa?

Molto semplice. Il comprensorio sciistico Tre Cime/3 Zinnen Dolomiti vanta 110 chilometri di piste, da quelle più semplici e larghe per principianti e per sciate tranquille fino ai versanti ripidi da pura adrenalina, con la pista più ripida dell'Alto Adige sulla Croda Rossa. Ce n'è per tutti i gusti. Il fiore all'occhiello, tuttavia, è senza dubbio il Giro delle Cime. Un percorso sulle piste da sci, lungo 34 chilometri e con 5600 metri di dislivello, da Versciaco passando per il Monte Elmo fino alla Croda Rossa, con una discesa al Passo Monte Croce e avanti fino ai Bagni di Valgrande in Provincia di Belluno, da dove si prosegue con lo skibus per raggiungere le splendide piste di Padola. Al ritorno si segue pressappoco lo stesso itinerario.





©M. Kottsteger



©M. Kottsteger



©H. Wishtaler

Anche gli **amanti del fondo** possono letteralmente “viaggiare” in Alta Pusteria sui ben 200 chilometri di piste da fondo. L’offerta include tracciati da gara omologati FIS attorno alla Nordic Arena a Dobbiaco, anelli panoramici a 2000 m di quota e itinerari romantici come quelli che si snodano lungo la Val di Landro e la Val Fiscalina. Interessanti anche i percorsi di mezza giornata o di una giornata intera con gli sci da fondo da Villabassa fino a Dobbiaco, San Candido e in Val Fiscalina direzione Tre Cime o viceversa. In alternativa da San Candido fino „Waidach” (poco prima di S. Vito). Questi sono solo alcuni suggerimenti tratti dall’affascinante offerta della regione. Il tutto da abbinare, allungare o accorciare a piacere, dal momento che dalla maggior parte delle piste si raggiungono facilmente le fermate degli autobus. L’Alta Pusteria fa parte anche del comprensorio Dolomiti Nordicski. Pertanto la tessera è valida per il più grande carosello di piste da fondo d’Europa con complessivamente 1.300 chilometri di piste distribuite un po’ ovunque nelle Dolomiti.

Il fondo è soltanto una, ma non l’unica possibilità per scoprire il magnifico **paesaggio invernale**. Perché non cimentarsi in escursioni su sentieri ben preparati sotto le fiere cime dolomitiche, in **gite con le ciaspole** nelle valli solitarie come ad esempio lungo la Valle della Rienza o la Val Fiscalina per raggiungere il Rifugio A. Locatelli? Da qui si gode con ogni probabilità della vista più spettacolare in assoluto delle Dolomiti. In entrambi i casi si tratta di una bella gita di mezza giornata che può essere estesa anche a tutta la giornata. Un po’ meno lunghi, ma non per questo meno suggestivi, sono i percorsi attorno al Lago di Braies oppure a Prato Piazza, punto panoramico da cui si può raggiungere la vetta del Monte Specie con una splendida vista a 360°. Numerose anche le proposte di **escursioni con gli sci** su cime meno conosciute come il Sasso di Sesto, il Corno di Fana, la Cima Piatta Alta (Hochebenkopf), il Giavo Piccolo o il Giavo Grande.



©H. Wishtaler



©H. Wisthaler

Inoltre, la zona delle Tre Cime nelle Dolomiti è intrisa di storia e di tradizione, **patria di leggendari alpinisti** come pure territorio di vecchie usanze. Ovviamente, durante i mesi invernali qui vengono coltivate anche tradizioni locali e si riscoprono attività come lo **slittino** e il **curling**, proprio in un'epoca in cui si ricomincia a cercare e ad apprezzare la qualità dell'ambiente alpino. Un'attrazione imperdibile resta sempre la pista da slittino che parte dalla stazione a monte della Croda Rossa e arriva a Bagni di Moso.

Altre **piste da slittino** non meno divertenti si trovano sul Monte Baranci e in Val Campo di Dentro. Un'aria più accogliente, ma comunque sportiva, si respira sui campi da pattinaggio di Sesto, Dobbiaco e Villabassa. Chi invece desidera osservare il mondo da una prospettiva del tutto nuova, può optare per un **giro in mongolfiera** per ammirare le Tre Cime dall'alto. Sono indubbiamente tutti momenti indimenticabili.

Georg Weindl (Autore)



## NATURA PER IL TUO BENESSERE

variegata scelta di berretti e  
**CAPPELLI ARTIGIANALI**  
dei nostri  
artigiani partner

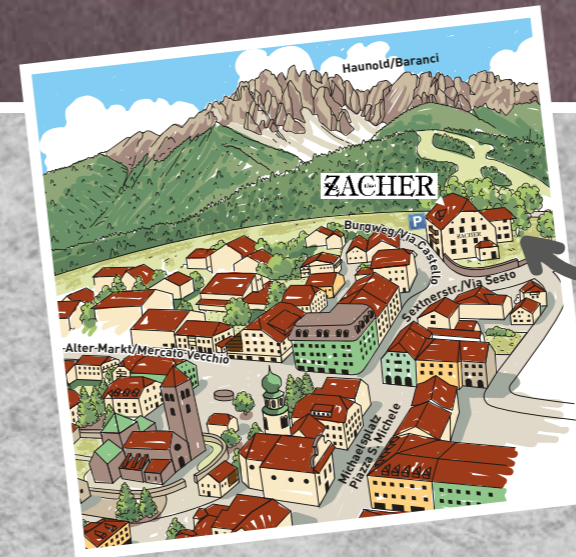
**CUSCINI E COPRIPANCHE**  
di lana di pecora altoatesina

**PANTOFLE  
IN FELTRO**  
morbide e calde,  
fatte a mano  
secondo la tradizione  
del cappellaio

**BERRETTI  
E SCARPE**  
di pregiatissimo  
cashmere,  
made in Italy

**ACCESSORI MODA**  
individuali  
del nostro feltro

cose belle e  
**COMODE**  
per la casa



VENITE A **TROVARCI!**

**ZACHER**  
1560  
Hutmacher · Cappellaio

Via Castello 2 San Candido · Tel. +39 0474 913535 · zacher@haunold.info

[www.zacher1560.info](http://www.zacher1560.info)



# Il senso di Rudolf Egarter per **LA NEVE**

Preparare le piste senza innevamento programmato? “Oggi come oggi sarebbe assolutamente impensabile”, dice Rudolf Egarter. Il direttore tecnico del comprensorio sciistico Tre Cime/3 Zinnen Dolomiti ha vissuto fin dall’inizio in prima persona il processo che, dall’introduzione dei primi cannoni, ha portato nel Norditalia ai più avanguardistici impianti di innevamento.

Corre l’anno 1981. Rudolf Egarter aspetta nella piccola costruzione in legno della stazione a monte dello skilift della Croda Rossa, pronto a correre fuori tutte le volte che qualche sciatore è in difficoltà con il piattello. In realtà, Egarter ha seguito una formazione professionale come pittore e imbianchino, e il tempo dedicato all’impianto di risalita dovrebbe essere solamente una soluzione transitoria per i mesi invernali. Niente di più. Il nostro 57enne dai luminosi occhi blu ride di cuore quando racconta dei primi anni come dipendente del comprensorio sciistico conosciuto oggi con il nome di Tre Cime Dolomiti. Infatti, lui qui è rimasto e qui continua a lavorare. Macchinista, responsabile dell’impianto, responsabile tecnico e infine direttore tecnico: una carriera veramente esemplare, non c’è che dire! Una cosa però non è mai cambiata: tutto ruota sempre e ancora attorno a questo elemento ... al senso di Rudolf Egarter per la neve.



“Poteva capitare di dover distribuire la neve sulle piste con la cesta sulla slitta.”

Per gli sciatori, oggi è assolutamente normale avere sempre piste perfettamente preparate e innevate. “Se trovano un sassolino sulla pista, vengono a portarcelo con aria di rimprovero”, dice Egarter. Nel 1981, sulla pista i sassi erano invece ordinaria amministrazione. Un avvenimento decisamente particolare è stato invece il primo cannone sparaneve, che il comprensorio sciistico si concesse in occasione dell’olimpiade dei maestri di sci, e grazie al quale fu possibile innevare la pista del Bruggerlift. Un corso per imparare a utilizzare il cannone? Egarter sorride e scuote la testa... Muniti solamente di un paio di informazioni circa la pressione dell’acqua necessaria, lui e gli altri collaboratori dovettero infatti arrangiarsi, cercando di fare rapidamente pratica il meglio possibile. Con il tempo sono poi arrivati un altro paio di piccoli impianti di innevamento, installati in punti con molto transito di sciatori.

Far funzionare l’impianto significava salire con la pila in mano fino al cannone, – in genere a piedi, visto che a quei tempi non c’erano motoslitte a disposizione per tutti – e verificare che fosse tutto a posto. Voleva dire collegare al cannone tubi lunghi anche 400 metri, tubi in cui tra l’altro non doveva formarsi il ghiaccio. E, ovviamente, durante la notte alcuni cannoni dovevano essere spostati ogni tre o quattro ore, in modo da innevare le piste anche durante gli inverni poco nevosi e mantenerle in funzione il meglio possibile. “Poteva capitare di dover distribuire la neve sulle piste con la cesta sulla slitta”. Con una buona dose di fortuna e tanto impegno, si è riusciti così a salvare più di una stagione invernale con scarse precipitazioni nevose. Nel 1994, a Sesto si riesce per la prima volta a innevare con neve esclusivamente artificiale tutta la pista che scende dalla Croda Rossa. “Altrimenti, il periodo natalizio sarebbe stato un flop totale”.



Oggi, sulla Croda Rossa il comprensorio sciistico Tre Cime Dolomiti dispone dell'impianto di innevamento più all'avanguardia di tutto il Norditalia. Ogni 60-100 metri è piazzato un cannone, e il collegamento tra Versciaco-Monte Elmo e Orto del Toro-Croda Rossa può venire completamente innevato in sole 40 ore. In maniera talmente veloce che, dopo la prima messa in funzione lo scorso inverno, i preparatori delle piste hanno avuto difficoltà a distribuire sulle piste la grande quantità di neve prodotta. Nel frattempo, quasi 400 cannoni garantiscono il perfetto innevamento dell'intero comprensorio. Ricordando comunque che neppure i migliori impianti possono far nulla se le temperature non sono quelle giuste.

Il segreto di una buona qualità della neve dipende soprattutto da condizioni atmosferiche favorevoli e, naturalmente, dall'abilità degli snowmaker. "È importante che la neve non risulti troppo bagnata". Nell'innnevamento programmato è la cosiddetta temperatura di bulbo umido, cioè il rapporto tra temperatura dell'aria e umidità relativa dell'aria, a determinare quando far partire la produzione della neve.

Non appena le temperature iniziano a scendere, Egarter studia attentamente il bollettino meteo più volte al giorno. Grazie al telefonino e al tablet tiene sott'occhio in tempo reale tutto quello che i "suoi" cannoni sparaneve stanno facendo. Per la manutenzione durante l'anno di tutti i cannoni del comprensorio sciistico bastano quattro persone. Quando invece parte la produzione della neve, altri sette snowmen sono impegnati notte dopo notte ad andare con le loro motoslitte di cannone in cannone. E poi ci sono gli addetti ai gatti delle nevi che preparano le piste, e il responsabile che al mattino deve aprire le singole piste: un'altra arte tutta a sé!

**“Quando al mattino mi alzo non aspetto altro che si parta finalmente con il lavoro.”**

Ascoltare Rudolf Egarter parlare di neve è veramente un grande piacere!

Verena Duregger (Autrice)



## Sport invernali e attenzione per l'ambiente

110 chilometri di piste distribuite su cinque montagne. Nel comprensorio sciistico Tre Cime/3 Zinnen Dolomiti, garantire piste perfette è importante, ma altrettanto importante è l'impegno a favore della tutela dell'ambiente. Molte infatti le soluzioni adottate per ridurre il consumo di acqua e di energia elettrica, abbassare il consumo di carburante e ottimizzare la gestione dei rifiuti. Grazie ai buoni risultati conseguiti, al comprensorio è stato conferito il Sigillo di Qualità ambientale 2019.



©M. Kottsteger

È un insieme di tante misure, in parte anche poco eclatanti ma comunque sempre efficaci.

Il comprensorio sciistico Tre Cime Dolomiti persegue da anni con grande coerenza una politica di gestione ambientale e di sostenibilità dell'intera filiera. I risultati e i riconoscimenti non si sono fatti attendere. Tra questi, la certificazione ISO per la produzione di energia idroelettrica secondo il sistema di gestione dell'energia ISO 50001. Qui, già da generazioni molte realtà sono consuete produrre energia idroelettrica in maniera assolutamente naturale, sfruttando i torrenti di montagna più vicini. Per il comprensorio sciistico, acquistare la cosiddetta energia verde è una priorità. Ma questo non è l'unico obiettivo raggiunto, perché anche il consumo di energia in sé è un aspetto importante.



©M. Kottsteger

**“Con la certificazione ISO abbiamo rilevato tutti i consumi di energia elettrica, individuando anche dove viene prodotta e in che quantità, e ne abbiamo tratto le debite conclusioni”** specifica Rudl Egarter, direttore tecnico del comprensorio.

Ad esempio, si è capito che è opportuno adeguare la velocità degli impianti a fune alla frequenza di passeggeri. Se c'è molto afflusso, si aumenta la velocità, mentre la si riduce invece un po' se c'è meno gente. Un dettaglio che, in un comprensorio sciistico con ben 33 impianti di risalita, si traduce in una riduzione dei consumi decisamente non trascurabile. Anche la preparazione delle piste comporta un massiccio utilizzo di energia. Nel comprensorio operano da 15 a 10 gatti delle nevi, con una moderna gestione della flotta che consente di documentare con assoluta precisione i consumi di carburante diesel. È stato così possibile ottimizzare sia l'impiego dei veicoli che lo stile di guida in sede di preparazione delle piste.

Oltre alla preparazione delle piste, una tematica di cruciale importanza è l'innevamento programmato. Rudl Egarter ricorda come, prima, molte cose venissero fatte necessariamente con una certa approssimazione. Grazie alla certificazione, ora si hanno invece a disposizione molti più dati ed è possibile lavorare in maniera decisamente più efficiente. La produzione di neve, ad esempio, anche in termini di quantità, è più mirata alle condizioni meteorologiche e delle piste. Lo strumento utilizzato a tale riguardo è la misurazione della cosiddetta temperatura di bulbo umido, che consente di rilevare il rapporto tra temperatura e umidità dell'aria. “Non arriviamo più fino al

limite massimo e miriamo più a una buona qualità della neve”, prosegue Egarter. Più l'aria è secca, tanto migliore il risultato dell'innevamento. Iniziare a produrre neve già a -2°, come succedeva prima, dà infatti spesso risultati mediocri, con una grossa percentuale di fanghiglia e inutile dispendio di energia. Adesso l'innevamento è mirato e attentamente dosato, spesso anche a fasi molto brevi e durante la notte, in modo da approfittare delle tariffe notturne di erogazione della corrente. Anche la distribuzione della neve prodotta viene organizzata diversamente. Si producono infatti pochi cumuli di neve che vengono poi distribuiti con il gatto delle nevi, cosa che consente a sua volta di risparmiare ore di lavoro. Nell'ambito della certificazione ISO, per evitare eventuali perdite d'acqua si sono controllate anche le tubazioni del sistema di innescamento. La gestione dei rifiuti è stata a sua volta riorganizzata, e prevede ora da sei a sette diverse tipologie di rifiuti correttamente separati.

Questo pacchetto globale di misure garantisce al comprensorio sciistico sia costi più contenuti e maggiore sostenibilità che una migliore qualità della neve. All'inizio del 2019, al comprensorio sciistico Tre Cime Dolomiti è stato infine conferito il Sigillo di Qualità ambientale.

Georg Weindl (Autore)

# SCI DI FONDO CON *vista*

Se sognate interminabili percorsi da fondo e paesaggi mozzafiato, la zona delle 3 Cime/3 Zinnen nelle Dolomiti in Alta Pusteria fa proprio al caso vostro! Un appuntamento imperdibile quest'inverno? La Pustertaler Ski-Marathon, che vi attende con alcune interessanti novità.

Indipendentemente dalla tecnica, classica o skating, l'Alta Pusteria è un vero paradiso per i fondisti, con oltre 200 chilometri di piste interconnesse, che si snodano tra i paesi di Braies, Villabassa, Dobbiaco, San Candido e Sesto. La scelta è vastissima ma gli appassionati di fondo hanno delle chiare preferenze.

“Le piste più apprezzate sono quelle da Dobbiaco attraverso la Val di Landro e da Sesto fino in Val Fiscalina, per la grande vicinanza alle Dolomiti”, afferma Kathrin Tschurtschenthaler, dell'Associazione Turistica di Dobbiaco.

Riscuote grandi consensi soprattutto il percorso in Val di Landro. È qui che si svolgono la Granfondo Dobbiaco Cortina, una delle competizioni più ricche di tradizione d'Italia, e la coppa del mondo Tour de Ski. “Il tracciato è semplicemente piacevole da percorrere” afferma con entusiasmo Kathrin Tschurtschenthaler “Si sviluppa lungo binari ferroviari in disuso e sale costantemente fino al Passo Cimabanche, ma non è mai veramente ripido”. Ciò che lo rende particolarmente affascinante è il panorama sempre diverso e ricco di attrazioni. Il percorso, che parte dalla Nordic Arena, costeggia infatti dapprima il Lago di Dobbiaco

e passa poi per il punto panoramico con spettacolare vista sulle Tre Cime, che danno il nome all'intera regione, per il Lago di Landro, da dove si inizia a scorgere l'imponente massiccio del Cristallo, e per il Passo Cimabanche, il punto più alto del percorso (1529m), dove vi attende uno dei tanti validi punti di ristoro lungo il tracciato. Una particolarità unica di questo percorso lungo 17 chilometri è la libertà di sciare come e quanto si vuole. Mentre alcuni fondisti preferiscono fare ritorno a Dobbiaco con l'autobus o scelgono semplicemente di sciare a tratti tra le fermate, altri percorrono l'intero ritorno sugli sci o addirittura proseguono fino a Cortina d'Ampezzo.



L'apice della stagione invernale di sci di fondo è rappresentato dalla **Pustertaler Ski-Marathon**, che venne inaugurata a San Candido nel 1976. La competizione fu “inventata” in un bar davanti a un bicchiere di vino - o perlomeno così si dice. Nacque dalla decisione che “fosse necessario organizzare qualcosa attorno al tema del fondo”. Inizialmente la gara si sviluppava lungo un percorso di 60 chilometri, con partenza da San Candido, da percorrere in tecnica classica. Più tardi si aggiunse lo skating, e i due stili furono eseguiti parallelamente. Qualche anno fa si passò nuovamente alla lunga distanza, con partenza da Braies. Da quel momento in poi, la Pustertaler Ski-Marathon prevede solo la tecnica classica. Nella 44esima edizione dell'iconica gara, che si terrà il giorno 11/01/2020, verrà sperimentato un nuovo percorso. “Partiremo per la prima volta da Sesto, mentre l'arrivo sarà nel centro di Villabassa. Organizzeremo anche una specie di corsa montana per un massimo di 200 persone, che proseguiranno dal punto panoramico Vista Tre Cime fino a Prato Piazza - circa 32 chilometri di distanza e 1300 metri di dislivello da Sesto. Ci sarà anche una specie di percorso per famiglie con partenza da Dobbiaco e arrivo a Villabassa” - così Gerti Taschler, presidente del Comitato organizzatore di Dobbiaco, illustra i tracciati della gara.

Aspettatevi novità anche nella rete di piste da fondo dell'Alta Pusteria. A Villabassa, il breve circuito “Hirbenfelder” permette un facile accesso alla pista del sole. Inoltre, a Dobbiaco si lavora al miglioramento del sistema di innevamento. “L'obiettivo per le stagioni future è di aprire le prime piste da fondo di Dobbiaco già l'8 dicembre”, spiega Kathrin Tschurtschenthaler, “inoltre si aspira all'ottimizzazione del tracciato che conduce dal Nordic Center al centro di Dobbiaco, in modo che gli ospiti possano accedere velocemente alle piste da ogni parte del paese e poi sciare direttamente verso la Valle di Landro senza attraversamenti stradali”.

Stefan Herbke (Autore)



# SCI DI FONDO CON *disabilità?* SI PUÒ!

Con ogni probabilità conoscono le piste da fondo meglio di chiunque altro. Stiamo parlando delle tante persone con deficit visivo che vengono regolarmente a Dobbiaco per cimentarsi nello sci di fondo, inizialmente accompagnati e poi da soli. In questo modo si crea negli anni una connessione del tutto speciale con le piste.

Rientrano tra i frequentatori più fedeli della zona delle 3 Cime/3 Zinnen nelle Dolomiti. Alcuni di loro infatti vengono a Dobbiaco per praticare lo sci di fondo già da due decenni. E ci sono tanti buoni motivi per questo attaccamento, come ci racconta Eugenio Rizzo. L'esperto maestro di fondo, titolare della scuola di sci di fondo "Azzurra", ha allenato molti di loro - e non solo nella Nordic Arena. Fondisti con disabilità visiva non sono una novità a Dobbiaco. La zona ha saputo rispondere alle loro specifiche esigenze ed essi nel tempo hanno preso confidenza con le infrastrutture - un aspetto non da poco in questo caso. "Alcuni di loro percorrono la pista da fondo della Val di Landro in piena autonomia", racconta Eugenio.

Sciare senza poter vedere il percorso: un'ipotesi impensabile per sciatori vedenti. Ma è possibile! Innanzitutto, i fondisti a Dobbiaco ricevono un gilet giallo, per poter essere riconosciuti facilmente sulle piste. Inizialmente si muovono accompagnati. Molti di loro arrivano già con un accompagnatore, altri fanno le prime esperienze con gli istruttori di sci di fondo. "Per i primi tempi, l'accompagnatore percorre il tracciato a fianco della persona con deficit visivo, spiegando la confor-

mazione del percorso, se si sviluppa in salita o in discesa e se vi sono particolari connotazioni", spiega Eugenio. Un elemento critico per i fondisti non vedenti sono gli attraversamenti stradali, che sono ora assenti nella pista da fondo lungo la Valle di Landro - "un aspetto che contribuisce a rendere questo tracciato particolarmente adatto a loro", aggiunge Eugenio. Una volta che lo sciatore non vedente ha preso confidenza con il percorso, l'accompagnatore si muove dietro o davanti a lui. Inoltre, una potenziale minaccia è rappresentata dagli altri fondisti. Molti non vedenti hanno però acquisito una grande sensibilità nel captare la presenza di altri sciatori nelle loro



vicinanze. Con il tempo si instaura un legame del tutto particolare con il tracciato e un po' alla volta si sentono sempre più sicuri. "Conosco fondisti che hanno iniziato qui 20 anni fa e oggi sciano senza alcun problema da Dobbiaco a Cortina", dice Eugenio. La maggior parte di loro viene dalla Germania o dall'Italia. Gli italiani prediligono il mese di gennaio, i tedeschi febbraio. In genere, la bassa stagione è più adatta agli sciatori con deficit visivo, causa il minore affollamento sulle piste e di conseguenza il minore livello di stress.

Per quanto riguarda l'attrezzatura, non vi sono grandi differenze. Quando sciano da soli, in genere optano per sci squamati o con inserti di pelli, caratterizzati da maggiore tenuta e velocità ridotta. Se accompagnati, vanno bene anche sci più veloci. Solitamente si cimentano nella tecnica classica, più facile da eseguire e con meno rischio di caduta. Per la tecnica skating è necessario un accompagnatore, che, tra le altre cose, ha il compito di assicurarsi che lo sciatore non si allontani dal tracciato senza accorgersene. Questo rischio nella tecnica classica è molto inferiore. Nelle piste della zona delle 3 Cime/3 Zinnen, i fondisti con disabilità visiva sono ormai all'ordine del giorno. Alcuni di loro vengono a Dobbiaco per allenarsi per le Paralimpiadi. Non vi sono infatti solo percorsi dilettantistici come quello in direzione Cortina d'Ampezzo ma anche veri e propri tracciati da gara omologati FIS. Proprio quello che ci vuole per gli atleti paralimpici.

Georg Weindl (Autore)



Orienteering

# Il cammino è la meta



In alcuni paesi è ormai diventato una vera e propria disciplina sportiva ampiamente diffusa, mentre in Alta Pusteria viene ancora annoverato tra le "attività per il tempo libero". Stiamo parlando del cosiddetto orienteering (orientamento), che attira anche dalle nostre parti un numero sempre crescente non solo di amanti dell'avventura e della natura, ma anche di appassionati sportivi. Infatti, coniuga in modo perfetto attività fisica, destrezza e pensiero strategico – il tutto nel bel mezzo del magnifico paesaggio della nostra regione dolomitica.

Gli esordi dell'orienteering risalgono all'inizio del 20° secolo in Scandinavia, dove oggi è classificato come sport popolare. Ma a prescindere dai paesi nordici, l'orienteering ormai gode di grande popolarità un po' ovunque nel mondo e, pur non essendo ancora una disciplina olimpica, è comunque uno sport riconosciuto dal Comitato Olimpico Internazionale (CIO).





### Movimento in sintonia con la natura

Ma come funziona? Dunque, l'obiettivo dell'orienteeing consiste nel completare (il più velocemente possibile) un percorso segnato da punti di controllo in una sequenza predefinita. L'itinerario che collega i vari punti di controllo chiamati "lanterne" non è invece predefinito, di conseguenza gli sportivi possono - e devono - decidere autonomamente i tratti da percorrere. L'essenziale è raggiungere sempre la "lanterna" successiva! La modalità di raggiungimento è a discrezione di ciascun partecipante. Ed è proprio questo il senso dell'orienteeing. Al fine di individuare l'itinerario migliore, i partecipanti dispongono esclusivamente di una cartina topografica ed eventualmente di una bussola. Non sono ammessi altri sussidi. Dal momento che la disciplina dell'orienteeing necessita di grandi spazi nel bel mezzo della natura, come boschi, prati malghivi oppure altre aree attrezzate, ad esempio quelle adibite a parco, Villabassa si presta ovviamente come location d'eccezione. Questa "nuova" attività per il tempo libero da svolgere in sintonia con la natura si inserisce in modo ottimale non solo nella vasta area del parco di Villabassa, ma anche nell'impostazione generale scelta dalla popolare località turistica. Infatti, Villabassa si distingue particolarmente per aver sposato la filosofia del benessere, completando al meglio l'offerta delle altre quattro maggiori località dell'Alta Pusteria. Come primo paese del benessere Kneipp-für-mich® d'Italia ha focalizzato l'attenzione soprattutto sulla cultura del benessere di stampo alpino. Nella logica dei cinque pilastri su cui si basa la dottrina della salute di Padre Sebastian Kneipp - "movimento", acqua, erbe officinali, alimentazione e stile di vita - l'orientamento rappresenta a tutti gli effetti una parte integrante della filosofia del benessere della località.



### È fondamentale saper leggere le cartine topografiche e tenere d'occhio l'orologio

Per partire basta essere in possesso dell'apposita cartina topografica da ritirare presso l'Associazione turistica locale. L'obiettivo è di transitare i 28 posti di controllo situati attorno a Villabassa, di cui 14 nella parte est e 14 nella parte ovest del paese. I punti di controllo distribuiti sull'intero territorio del paese e all'interno del parco benessere, vanno marcati sulla cartina con il punzone che si trova sul posto. Il numero del punto di controllo sta ad indicare il rispettivo sito. Per praticare l'orienteeing a Villabassa non occorre bussola, piuttosto è decisiva una spiccata abilità nella lettura della cartina topografica. In questa disciplina sportiva o attività per il tempo libero riveste grande rilevanza anche - o meglio proprio - il corretto comportamento nella natura. Infatti, il rispetto della grande varietà e della bellezza del paesaggio è fondamentale per la buona conservazione del nostro patrimonio naturale e culturale. È richiesto ad esempio il necessario rispetto di animali e piante, delle zone interdette all'accesso come pure del divieto di abbandonare rifiuti.

Vi siete incuriositi? Allora, non vi resta che impugnare una cartina topografica e mettere alla prova il vostro senso dell'orientamento e le vostre capacità nel leggere la cartina. Sia che affronterete il percorso da soli che in due oppure con amici o l'intera famiglia ... divertimento e suspense sono garantiti.

Judith Steinmair (Autrice)



## La vostra Casa tra le Dolomiti!



Appartamenti moderni e spaziosi raggiungibili con l'ascensore direttamente dalla zona pedonale di San Candido

Prenotazioni: T 0474 916 970  
residence@schaefer-innichen.it . www.residence-innichen.it



## 150 ANNI DALLA PRIMA ASCENSIONE ALLA CIMA GRANDE

Pietre miliari delle Alpi

L'estate 2019 è stata tutta all'insegna della prima ascensione alla Cima Grande di 150 anni fa. Un anniversario debitamente festeggiato che passerà alla storia anche per merito del nuovo film di Reinhold Messner "La Cima Grande".

Stefan Herbke (Autore)

Il 1869 fu l'anno del viennese Paul Grohmann. Insieme alle due guide da lui preferite, Peter Salcher, originario della Carinzia e Franz Innerkofler, lo scalpellino di Sesto, il 18 luglio riuscì a compiere la prima ascensione alla Punta dei Tre Scarperi, una delle più maestose cime delle Dolomiti di Sesto. Poco dopo, la stessa cordata fu la prima a conquistare il Sassolungo e il 21 agosto entrò definitivamente nella storia dell'alpinismo: salendo per quella che oggi viene definita la Via Normale giunsero in vetta alla Cima Grande, raggiungendo così il punto più alto delle Tre Cime, il complesso montuoso che dà il nome all'intero territorio. Una pietra miliare dell'alpinismo che quest'anno - a 150 anni di distanza - è stata debitamente festeggiata in Alta Pusteria.

Uno degli eventi di spicco nel calendario delle manifestazioni è stato senza dubbio la prima del film "La Cima Grande", un documentario della durata di 50 minuti proiettato il 21 agosto al Palaghiaccio di Dobbiaco. Presenti, oltre al Presidente della Provincia Autonoma di Bolzano Dr. Arno Kompatscher e agli attori, anche il regista e leggendario alpinista Reinhold Messner. Il film intende celebrare non solo i protagonisti della prima ascensione alla Cima Grande, ma anche altri alpinisti come Hans Dülfer, Emilio Comici, Dieter Hasse e Lothar Brandler, come pure Alexander Huber, tutti entrati nella storia dell'alpinismo per aver aperto vie spettacolari su questo straordinario massiccio montuoso. Si tratta di conquiste che stanno molto a cuore >>



a Messner, poiché "nessun'altra vetta si presta meglio della Cima Grande per raccontare l'evoluzione dell'arrampicata nelle Alpi dagli albori fino ai giorni nostri".

La prima visione del film ha degnamente concluso una giornata iniziata con una grande carica emotiva. In onore degli alpinisti che per primi conquistarono la vetta e per ricordare questa grande impresa alpinistica, esattamente 150 anni dopo è stata organizzata una delegazione di Sesto e di Dobbiaco. Dal Rifugio Auronzo si è diretta innanzitutto verso la "Cappella degli Alpini", dove si trova - a poca distanza - un mezzobusto in bronzo di Paul Grohmann. Davanti al monumento eretto in occasione del 150esimo anniversario, direttamente all'attacco della salita verso la Cima Grande, Guido Bocher (Sindaco di Dobbiaco), Thomas Summerer (Vice-Sindaco di Sesto) e Stefano Muzzi (Presidente del CAI Auronzo) hanno deposto una corona in memoria di Grohmann. Di seguito, con l'accompagnamento di un suonatore di corno alpino, hanno proseguito il cammino verso il Rifugio A. Locatelli, da dove si gode della vista più meravigliosa sulle tre vette con le loro imponenti pareti rocciose.

Alla funzione religiosa, con accompagnamento musicale del gruppo "Bergsteigermusik" di Sesto, è seguita la benedizione di una "capsula del tempo", ideata e realizzata dagli artisti Paolo Albertelli e Mariagrazia Abbaldo dello studio C&C di Torino in collaborazione con la Fonderia Artistica de Carli. Il contenitore bronzeo sigillato, fedele riproduzione di una pietra che si trovava sul posto - l'originale viene conservato presso il Centro visite Parchi Naturali - racchiude le riflessioni espresse dagli alunni delle scuole elementari di Dobbiaco e di Sesto sul futuro delle Tre Cime e delle Dolomiti, Patrimonio Naturale dell'Umanità UNESCO. La riapertura della capsula del tempo è prevista il 21/08/2069 in occasione dell'anniversario "200 anni dalla prima ascensione alla Cima Grande". L'evoluzione ovviamente ad oggi non è prevedibile, ma tra 50 anni si potrà constatare se le speranze e i sogni dei bambini si saranno avverati. Un'anteprima dei contenuti?



I pensieri dei bambini ruotano principalmente attorno alla conservazione del mondo alpino nella sua conformazione attuale, senza ulteriori interventi di sfruttamento.

Tra le iniziative più singolari di questo anniversario spicca l'idea di portare a valle i libri di vetta per renderli accessibili e fruibili alla collettività sotto forma di installazione artistica. Le annotazioni relative alle prime ascensioni alla Cima Grande, alla Cima Piccola e alla Croda dei Toni sono state fatte incidere a tale scopo su cubi di metallo applicati a tavoloni in legno di cirmolo locale e impilati verticalmente gli uni sopra gli altri. La progettista dell'installazione, l'architetto Ulla Hell, ha pensato anche al suo riutilizzo. I singoli elementi verranno trasformati in panchine da distribuire sul territorio comunale di Sesto o da rilevare da parte di eventuali interessati. Un modo per rendere fruibili anche in futuro le conquiste delle vette.





Metzgerei Macelleria  
**VILLGRATER**

*L'originale  
Speck di Sesto*

Specialità tirolesi  
di produzione propria

Tel. 0474 710361  
www.villgrater.bz

SESTO · Via Dolomiti, 21  
MOSO · Via San Giuseppe, 29

Orari di apertura:  
Lun-Sab 8.00-12.00, 15.00-18.30



MOSTRA TEMPORANEA AL MUSEO DOLOMYTHOS

## L'evoluzione delle piante

Forse molti non lo sanno, ma le Dolomiti rappresentano uno degli ecosistemi più importanti per l'evoluzione della flora nel corso di milioni di anni. Per quanto riguarda molte famiglie di aghifoglie, come l'abete, il pino e le araucarie, ma anche per le ginkgo e per diverse specie di felci o cicadi, i loro antenati più antichi si ritrovano proprio sulle Dolomiti. Dolomythos, il più grande museo a tema di questo Patrimonio dell'Umanità, è situato nella zona pedonale di San Candido, e dedica a questa affascinante storia una mostra temporanea.

Oltre alle interrelazioni geologiche e alla fauna, anche l'evoluzione della flora ha sempre destato grande interesse. Si tratta infatti di un eccellente indicatore, da cui desumere l'andamento delle condizioni climatiche nel corso del tempo. Pochi

altri territori possono vantare la ricchezza di interrelazioni offerta dalle Dolomiti. Sorprendentemente, 300 milioni di anni fa, proprio al margine delle isole tropicali da cui sorsero allora le antiche Dolomiti, andarono evolvendo gli antenati degli odierni pini e abeti.

Una delle piante della terra più enigmatiche è senza dubbio la ginkgo, che rappresenta oggi una particolarissima nicchia. L'unica specie sopravvissuta di ginkgo biloba, che significa "albicocca d'argento", si trovava solamente in alcune aree residue della Cina, da cui giunse in Europa nel XVII secolo. In tutto il mondo, ora la si mette a dimora per la sua particolare resistenza sia nei confronti degli insetti che degli inquinanti ambientali. I reperti rinvenuti sulle Dolomiti consentono di ricostruirne l'evoluzione in maniera eccellente.



Un'altra varietà di felce arborea, la Gordonopteris, venne scoperta da Michael Wachtler sul Kühwiesenkopf/Monte Prà della Vacca, nelle Dolomiti di Braies. Il nome le venne dato in omaggio alla scienziata scozzese Marie Ogilvie Gordon, la prima donna a conseguire nel 1893 il titolo di "Doctor of science" e, alcuni anni dopo, a laurearsi presso la Libera Università di Monaco di Baviera. E sempre su tematiche centrate sulle Dolomiti. Un personaggio che, tra l'altro, non smise mai di impegnarsi a favore delle pari opportunità delle donne e che entrò a far parte del primo direttivo dell'"International Council of Women", una realtà a livello mondiale.


La mostra, ricca e articolata, è ospitata nella nuova ala del Museo Dolomythos, e grazie a un'attenta ricostruzione sa restituire tutto il fascino di questa "flora intramontabile". Qui, si possono ammirare le prime piante comparse sulla terra e le più antiche fanerogame.

Michael Wachtler (Autore)

**DOLOMYTHOS**  
ZONA PEDONALE DI SAN CANDIDO

Orari d'apertura:  
tutto l'anno senza giorno di riposo.

INFO@DOLOMYTHOS.COM  
WWW.DOLOMYTHOS.COM

Wellness e piscina infinity  
al maso biologico a 



*Glinzhof*

Chalet Natur Resort 

Tutto ciò che rende un maso tanto confortevole è stato qui realizzato con il comfort dei tempi di oggi. Essere qui corrisponde a una rinascita dei sensi, a concentrarsi sulle cose essenziali. Annusate il profumo del fieno, sentite, vedete e provate il calore del fuoco, gustate i prodotti dei contadini locali, sentite l'aria e trovate la pace che troppo spesso è andata persa nella vista quotidiana. Potete semplicemente essere voi stessi.



Glinzhof Chalet Natur Resort · Fam. Jud · Monte San Candido 5 · 39038 San Candido  
Tel: 0039 - 0474 913448 · www.glinzhof.com



Abbandonatevi al dolce far niente  
nella nostra nuova

*piscina panoramica*  
riscaldata!



# San Candido e la sua storia

## Una carrellata di immagini



Michael Wachtler (Autore)



Come tante altre località delle Dolomiti, anche San Candido è andata cambiando negli ultimi 150 anni. Tanto che, per certi aspetti, risulta quasi impossibile riconoscerla. Al Museo Dolomythos, un'ampia mostra temporanea illustra quella che è stata l'importanza di San Candido per la storia delle Dolomiti. Tra le tante foto, le cartoline illustrate e i filmati, in gran parte inediti, è stato selezionato il materiale che possiede più valenza simbolica e meglio testimonia i cambiamenti del paese nel corso del tempo.

Così, le immagini mostrano sia eventi funesti come inondazioni e guerre, sia l'opera di uomini e donne che hanno saputo lasciare un segno. >>



### San Candido prima del 1900

Questa vecchia foto di San Candido (ca. 1885) è stata realizzata dal farmacista e fotografo Josef Gugler (1824-1892).



### San Candido - Gerasch

Prospettiva sud di San Candido (1887), opera del viennese August Gerasch (1822-1908). Si tratta di una cromolitografia, una tecnica che comporta un procedimento molto lungo, laborioso e costoso.

### San Candido - Bagni di San Candido

Questa cartolina a colori venne spedita nel 1913, subito prima dello scoppio della Prima Guerra Mondiale, e riproduce il dipinto di un artista ignoto. L'immagine mostra l'ampia ed elegante struttura dei Bagni di San Candido, frutto di una ristrutturazione dei Bagni stessi e della creazione di un vasto complesso alberghiero, capace di accogliere nelle sue 140 camere oltre 230 ospiti.



### Orso Grigio

L'Orso Grigio verso il 1900: disporre di una bella terrazza su cui sostare piacevolmente all'aperto era un must, proprio come saper offrire arredi preziosi e di prestigio. Ieri come oggi, si cercava di attirare gli ospiti proponendo qualcosa di particolare, ad esempio un'antica armatura cavalleresca. Già allora, la scommessa era trovare il difficile equilibrio fra tradizione e modernità.



### Versciaco

Versciaco, verso il 1908. La vita scorre tranquilla, improntata ancora all'agricoltura.



### Villa Ompteda

Lo scrittore tedesco barone Georg von Ompteda (1863-1931) fece realizzare all'ingresso del paese la sontuosa Villa Ompteda. Ompteda aveva intrapreso la carriera di ufficiale, ma una caduta da cavallo lo aveva reso inabile all'incarico. Da quel momento si era dedicato alla scrittura, vivendo tra Berlino, Dresda, Merano e Monaco. "Villa Ompteda", detta anche "Klammschlößl", diverrà successivamente di proprietà del conte Aquarone, che la trasformerà in residenza di caccia (immagine del 1903 circa).



### Seggiovia Monte Baranci

I tempi cambiano. E le parole magiche diventano: preparazione delle piste e impianti di risalita. Nel 1956, sul Monte Baranci viene realizzata una seggiovia singola. Una vera e propria meraviglia, i cui lungimiranti pionieri furono Franz Ortner del Parkhotel Sole Paradiso, Josef Kühebacher dell'Hotel Cavallino Bianco, Karl Wachtler dell'Hotel Postale e Alfredo Benincosa dell'Hotel Orso Grigio. Tutti albergatori.



### Le devastazioni della guerra

Il bombardamento di San Candido nel luglio 1916. Oltre 30 case vennero distrutte o fortemente danneggiate, 4 persone persero la vita. Questa immagine mostra le devastazioni nel centro di San Candido, causate da bombe incendiarie e dirompenti.



### Caffè Teatro

Nell'odierno "Caffè Teatro" si respira ancora il fascino dell'originario "Kaffee-Salon Eisendle-Fuchs".



### Collegiata

Prospettiva sud della Collegiata con l'originaria piazza antistante. L'edificio sulla destra è stato demolito, mentre quello dell'odierna Associazione Turistica ha mantenuto la struttura originaria (1900 ca.).

# I 1250 ANNI DI SAN CANDIDO



## Un anniversario ricco di eventi

Una cosa è certa: anche in un angolino di mondo così ricco di storia come il nostro, 1250 anni sono di tutto rispetto, considerato poi che la data della fondazione è ufficialmente documentata. Tanti sono infatti gli anni che intercorrono dal lontano 769, quando il duca bavarese Tassilone III concesse all'abate Atto von Scharnitz il tratto di terra denominato San Candido (in tedesco Innichen, toponimo attestato come India) e comunemente chiamato Campogelau (Frostfeld), per erigervi un monastero destinato a favorire la cristianizzazione dei pagani slavi allora insediati nella zona. La donazione sancì la nascita di questo comune nel cuore della zona delle 3 Cime nelle Dolomiti. Gli abitanti di San Candido, numerose associazioni e istituzioni hanno organizzato una molteplicità di iniziative e manifestazioni diverse e contribuito a rendere l'anniversario qualcosa di veramente vivo.



**1250**  
INNICHEN  
SAN CANDIDO  
769-2019



FASHION • BEAUTY • SPORT • GOURMET

# Shopping ?

Ein schönes Platzl.

**PIAZZETTA  
SENFTER  
platzl**

Un'incantevole Piazzetta.

Senfter residence  
Senfter METZGEREI MACELLERIA  
Trenker SÜDTIROL  
PeakPerformance  
senfter's CAFÉ BISTRO  
PURE FASHION

**Innichen Zentrum**  
Alter Markt 2

**San Candido Centro**  
Mercato Vecchio 2

Il ricco programma si è snodato lungo tutto l'anno ed è stato molto articolato. Ha visto esecuzioni musicali, incontri letterari, rielaborazioni teatrali, convegni storici, progetti d'arte e mostre di vario genere, ma anche splendide feste, un calendario e una pubblicazione dedicati all'anniversario e un percorso storico.

I tanti eventi, organizzati e realizzati con grande cura e sempre molto seguiti, hanno fatto giustamente onore al comune più antico dell'Alto Adige e verranno a lungo ricordati sia dagli abitanti di San Candido che dai tanti ospiti intervenuti. Il 31 dicembre, presso la Collegiata si officerà una Messa di ringraziamento, intesa a celebrare solennemente il positivo svolgimento e la conclusione di un anno dedicato all'importante anniversario. Introdotta negli anni '70 del secolo scorso dal prevosto Hans Huber, l'annuale Messa di ringraziamento allietata dal coro della Collegiata è divenuta una tradizione molto amata in questo comune della zona delle 3 Cime nelle Dolomiti e rappresenta sempre un momento molto bello per chiudere l'anno in maniera al tempo stesso solenne e raccolta.



Judith Steinmair (Autrice)

**MONDO LATTE**  
tre cime  
DOBBIACO

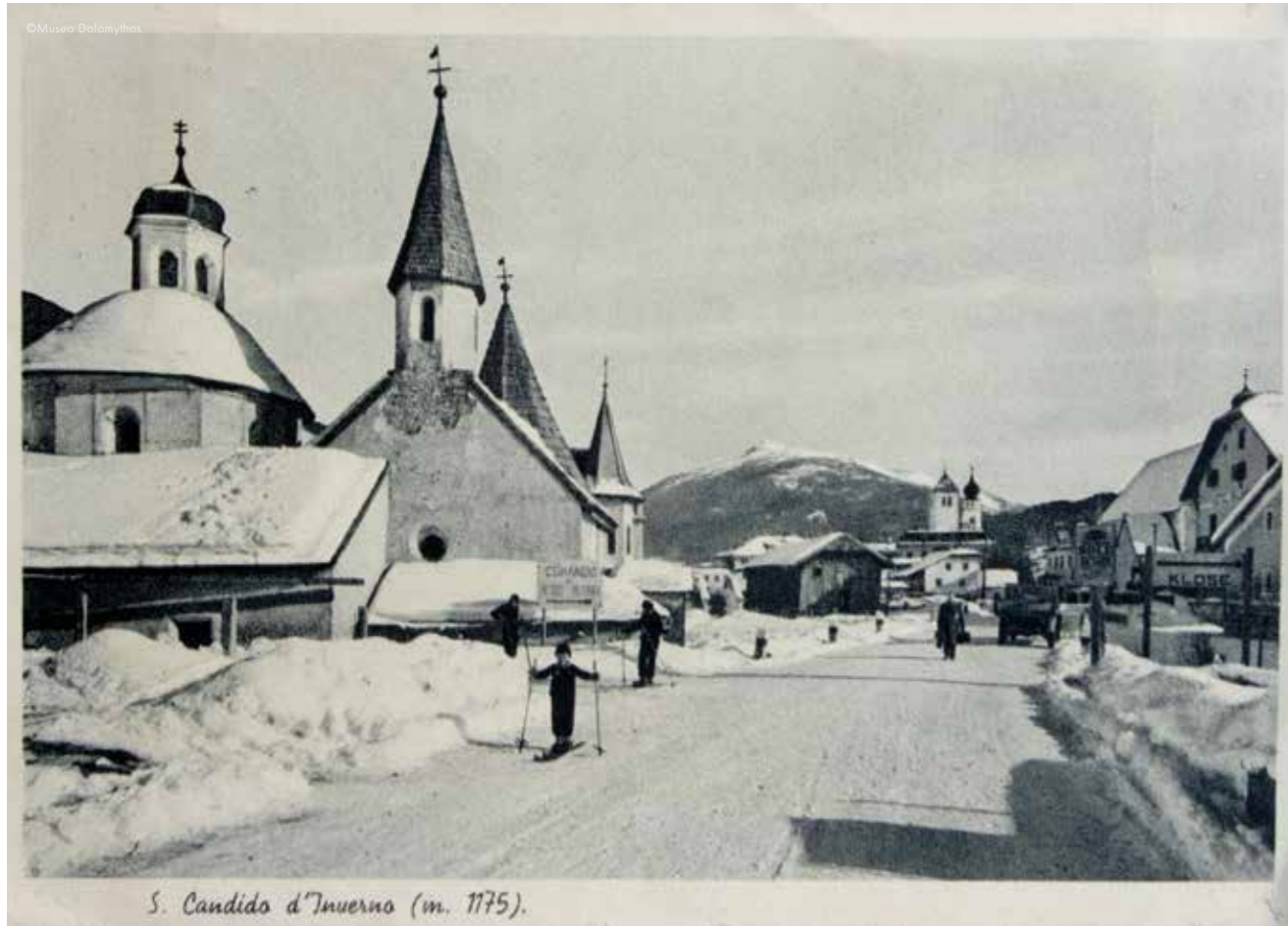
**Dal latte al formaggio**

**ORARIO D' APERTURA**  
MARTEDÌ - SABATO 8:00 - 19:00  
DOMENICA 10:00 - 18:00

vedere gustare vivere

**Delizie dall' Alta Pusteria**  
0474 - 971300 www.3cime.it

SENNEREL - LATTERIA  
drei zinnen - tre cime



# La vita di un tempo

... che si ferma ... che continua

È l'alba, ma il sole deve ancora sorgere.

Avvolta da una coltre bianca, la casa è isolata. La stanza è quasi completamente buia, tranne la luce delle braci che rischiara e lascia intuire più che far vedere le persone raccolte nella camera: una donna anziana, degli adulti e alcuni bambini molto piccoli tra cui un neonato. Un cane infila il naso tra lo stipite la porta d'ingresso, rimasta socchiusa per lasciare uscire il fumo che pervade il posto, l'aria è pesante, ma l'ambiente è caldo.

All'esterno la neve è alta, ma il cane vuole uscire e raggiungere il padrone, che già da tempo è andato alla stalla per la mungitura. Questa è una mansione senza stagione, che si ripete imperterrita, d'estate e d'inverno, nella neve o nel sole. Il grosso cane pastore scodinzola felice una volta raggiunta la sua meta, a pochi passi dalla casa; entra tranquillo tra gli animali: alcune vacche, qualche capra e alcune galline. Nessuno è spaventato: si conoscono anche tra bestie.

Il sole è sorto ora e si vede chiaramente l'interno del piccolo maso. Il chiavistello è semplice, il portone pesante e gli spifferi molti. Le finestre sono minuscole per tenere all'interno il caldo d'inverno e mantenere l'ambiente fresco in estate. Questo però implica anche che il fumo del camino, quasi sempre acceso per scaldare e cucinare, faccia fatica ad uscire; oramai il fumo nero e denso ha incrostato il soffitto e fa talmente parte della vita che nessuno se ne accorge più.

Il cane corre all'interno della casa, seguendo il suo padrone, scrollandosi di dosso le goccioline della neve e facendo ridere un bambino. L'arredamento è essenziale: un tavolo, una panca, e

tante pentole e utensili appesi al muro, poveri, semplici, ma lucidi e puliti. Da un lato un po' in disparte c'è una madia e una cassapanca che conteneva un antico corredo perduto da tempo.

Alle pareti è appesa una rastrelliera in legno per il pane chiamata Brottrahmen e accanto al camino sono ordinatamente raccolti i ciocchi di legna tagliati con religiosa meticolosità.

Questa casa dispone di due camere, con materassi fatti di foglie di granturco e cuscini di crini di cavallo. Bisogna smuoverli spesso con un bastone perché dopo la notte siano correttamente distribuiti nei loro sacchi di tela grezza, per essere di nuovo atti allo scopo. Ogni stanza ha un letto e una cassapanca per gli abiti della domenica, gli abiti buoni, quelli delle feste, e un catino per l'acqua e per le abluzioni quotidiane.

Durante le notti d'inverno, se vi si lascia l'acqua, spesso la si trova ghiacciata per il freddo e bisogna rompere il ghiaccio prima di poterla usare. Il vaso da notte invece è sotto il letto - non si sa mai.





Questa famiglia è piccola, molto ridotta confrontata alla media, i nuclei familiari possono essere di 10 come di 30 persone proprio perché ai genitori si aggiungono i figli, le spose, i nipoti e quasi sempre, vista l'elevata mortalità zii e zie vedovi, nubili o celibi. La famiglia stessa è un mondo a sé stante e quasi completamente autosufficiente.

Si vive di agricoltura e di allevamento, si coltivano grano, patate; dal latte di vacche e capre si producono formaggi e le uova delle galline vengono spesso usate come moneta di scambio per altri generi alimentari, tabacco e altro.

La carne c'è, ma è troppo preziosa per essere mangiata, meglio venderla e ricavarne il più possibile. In alternativa si mangia il pollame, ma anche quello con parsimonia.en.

In inverno si prepara la vita alla primavera, ai nuovi raccolti, al ritorno del sole. Si fila, si confezionano gli abiti, i corredi, i vestiti per la festa. Si svolgono tutte quelle attività che possono essere fatte al chiuso o lontano dai campi coperti di neve. Si raccontano e tramandano le storie, le leggende della famiglia, i racconti dei tempi andati, come la vicenda del gigante Haunold, il cui spirito ancora vive nella Rocca dei Baranci.

Allo sciogliersi della neve, al nascere della prima erba, gli animali verranno guidati verso i pascoli montani, dall'alba fino a sera, e fra giugno e luglio, quando l'erba sarà rigogliosa si inizierà la mietitura del fieno, instancabili, tutti, grandi e piccini: gli uomini falceranno dall'alba, con una falce affilata, la Sense, le donne e i bambini rastrelleranno il fieno tagliato, e così si proseguirà, fino al tramonto. Con il forcone da fieno poi, chiamato Heugabel, il simbolo stesso della civiltà contadina, si faranno i covoni per seccare il raccolto al sole.

In questo mondo, scandito dalle campane, dal sole e dalla neve, il tempo scivola come un torrente tra il fuoco, i larici, i boschi e i campi. Non esiste il riposo, ma la vita prosegue, dura, lieta, imperterrita, triste e gioiosa a costruire il mondo ancora oggi retaggio e ricordo, dei nostri masi.

Martina Merola (Autrice)



Fam. Ortner  
Via al Ponte dei Corrieri, 1  
I - 39038 San Candido  
Tel. +39 0474 913 588  
www.villastefania.com  
info@villastefania.com





# La cucina contadina

*“Mosa” e zuppe*

*Quando fuori fa freddo, una bella zuppa calda è l'ideale per ritemperare sia il corpo che lo spirito. Così, ancora oggi in tutto l'Alto Adige la zuppa continua a essere un piatto molto amato, uno dei tanti della tradizione locale, e come tale spesso presente sulla lista delle vivande.*

Per la cucina contadina quotidiana, invece, una volta sarebbe stato assolutamente impensabile farne a meno. Le zuppe erano infatti una componente molto importante perché offrivano la possibilità di variare il menù e, soprattutto per il pasto serale, rappresentavano spesso un piatto unico. Una di queste era la “mosa” che però, a differenza delle zuppe, è per lo più scomparsa dalla dieta dell'altoatesino medio. Eppure, la “mosa” - una specie di farinata - è uno dei cibi più antichi, riportato nelle sue tante varianti già in ricettari risalenti al XVII secolo. Veniva e viene tuttora preparata con farina dei tipi più diversi, cucinata con l'aggiunta di latte, ad esempio farina di mais, avena oppure orzo, mentre la farina bianca veniva invece spesso riservata solamente all'ali-



mentazione dei bambini piccoli. Come per tanti altri piatti contadini, preparare la tipica “Südtiroler Muis” non è per nulla difficile. Bisogna innanzitutto rosolare leggermente il burro in una padella e aggiungere dell'acqua, poi del latte e un pizzico di sale. Poco prima che inizi il bollore si versa lentamente a pioggia la farina scelta. Durante quest'operazione è importante continuare a mescolare, in modo che non si formino grumi. Si lascia poi cuocere il tutto per circa mezz'ora, mescolando di quando in quando, finché non si forma la tipica crosticina. Alla fine, su questa preparazione della tradizione si versa del burro ben rosolato ... delizioso! Peccato solo che, nonostante la sua assoluta semplicità, il piatto venga ormai proposto piuttosto di rado dai ristoratori! Tutt'altro discorso vale invece per le zuppe in genere, proposte in un'infinità di varianti anche nei locali del territorio. Si potrebbe addirittura dire che vi sia una vera e propria “cultura della zuppa”. Giustamente, perché le zuppe stimolano la digestione, contribuiscono ad apportare i liquidi necessari al nostro corpo e sono un cibo al tempo stesso leggero e nutriente. Un gustoso brodo di carne, ad esempio, con l'aggiunta di pasta o canederli, di Frittaten, i tagliolini fatti con le crespelle, oppure di gnocchetti di semolino o crostini di milza, rientra comunque da sempre nel menù. Proposto nella versione più semplice tutti i giorni, può comparire però anche durante occasioni particolari, come ad esempio un pranzo di nozze nel segno della tradizione oppure il rinfresco che spesso è ancora uso offrire dopo un funerale. Nella maggior parte delle trattorie che cucinano piatti tradizionali altoatesini si trova ancora la zuppa d'orzo, spesso affiancata da una delle più tipiche specialità della Val Pusteria, i “Tirtl”, una specie di tortelli fritti ripieni di spinaci, ricotta oppure crauti. Ormai invece meno diffuse, ma non per questo meno classiche, sono la zuppa di pane, la “Brennsuppe”, una zuppa

di farina tostata, e la “Saure Suppe”, la zuppa di trippa. Tutte con la stessa caratteristica: usare i pochi ingredienti un tempo disponibili oppure gli avanzi. La zuppa di farina tostata veniva considerata la zuppa dei contadini poveri, perché fatta sostanzialmente “solo” di farina, mentre la zuppa di pane utilizzava pane raffermo. La zuppa di trippa è tipica del periodo invernale. Viene preparata di preferenza dopo la macellazione, visto che impiega stomaco di bovino o di maiale, con l'aggiunta di qualche goccia di aceto per conferirle il caratteristico profumo. Certo le zuppe tradizionali non sono solo ed esclusivamente queste. Se ne potrebbero infatti elencare tantissime... Una cosa che spesso hanno però tutte in comune, oggi come un tempo, è l'erba cipollina. Si tratta di una delle erbe aromatiche più apprezzate nelle tipiche minestre dell'Alto Adige e non solo, tanto che è praticamente onnipresente. Ricca di vitamina C e di minerali, non va però cotta, e nelle zuppe serve a dare quel tocco di sapore in più.

Naturalmente, della cucina altoatesina sono entrate nel frattempo a far parte un grande numero di zuppe “moderne” e decisamente creative, ma anche la gente del posto ama comunque gustare ogni tanto le vecchie ricette della tradizione. E non potrebbe essere altrimenti, dato che tutti noi non associamo il cibo solo a un'esperienza sensoriale, ma anche a tutta una serie di emozioni e di ricordi. Ad esempio al crepitio del fuoco, quando la sera mangiavamo la mosa tutti attorno alla stessa tavola raccontando aneddoti familiari e chiacchierando, oppure al rientro dalla visita al cimitero il giorno della commemorazione dei defunti, quando ci riscaldavamo con la zuppa di trippa, o, infine, alle cure amorevoli della nostra mamma, che quando eravamo malati ci preparava la zuppa a base di farina tostata... Insomma: mosa e zuppe sono una componente molto amata della cultura alimentare altoatesina. Quindi, quando vi capita, non perdetevi l'occasione di gustare qualche piatto della tradizione contadina!

Judith Steinmair (Autrice)

# L'importanza e il significato del costume tradizionale

Dirndl e Lederhose sono sempre più trendy. Una moda che ha però poco a che fare con i veri costumi della tradizione. Ma qual è la differenza? E cosa caratterizza più in particolare il costume tipico della Val Pusteria?

Oggi sui toni del rosa, domani su quelli dell'azzurro? Le varianti più modaiole del Dirndl non hanno in realtà nulla a che vedere con il costume tipico della tradizione, il quale rappresenta molto più di un comune capo di abbigliamento che tende invece spesso a seguire i trend del momento. Chi indossa un costume tradizionale indossa infatti un pezzo della propria storia, qualcosa che ne racconta provenienza, area geografica e tradizione, capace di fornire addirittura indicazioni su chi lo porta. Rappresenta quindi un elemento identitario, crea appartenenza ed è componente autentica di un patrimonio culturale unico e inconfondibile. All'interno dell'area linguistica tedesca, l'Alto Adige vanta a tale riguardo la maggiore quantità di varianti diverse, tanto che ogni valle si differenzia per caratteristiche e dettagli propri.

## Il costume tipico mantiene viva la tradizione

Il costume tradizionale è andato definendosi e codificandosi soprattutto nel corso del 18° secolo come abbigliamento quotidiano o della festa della popolazione contadina, acquisendo quella che è la sua caratteristica fondamentale, cioè il forte legame con il territorio. Chi indossa un certo costume tradizionale proviene dalla Val Pusteria, dalla Venosta o dalla Val Gardena? Quelli che se intendono lo riconoscono fin dal primo sguardo. A seconda della valle o della zona geogra-

fica, l'abbigliamento tradizionale si differenzia infatti per i colori o i disegni delle stoffe, per la forma del corsetto femminile, per il grembiule o per accessori come cappello, acconciatura o fazzoletto e scialle. Nel corso dei secoli, le varie componenti di questo abbigliamento impregnato di tradizione sono andati modificandosi nei dettagli, mantenendo però sempre invariati gli elementi fondamentali caratteristici dell'area di provenienza. Il costume non rivela tuttavia solamente di che zona sia originario chi lo indossa, ma varia anche in base all'occasione, al ceto o all'età della persona. Spesso, infatti, esiste sia un costume più semplice per tutti i giorni, che un costume "della festa", più ricercato. Vi sono poi costumi particolari destinati a eventi importanti come la Prima Comunione, le nozze o il funerale.

## Il costume tradizione si diffonde e si arricchisce

Non è un caso che il costume tradizionale si sia diffuso soprattutto nel corso del XVIII secolo. Le ragioni sono primariamente di ordine economico. Già prima, in realtà, in tutto il Tirolo esistevano regole che sancivano l'abbigliamento dei vari ceti sociali e vietavano ai contadini di indossare abiti confezionati con stoffe pregiate. Anche se la maggior parte di loro non avrebbe potuto comunque permettersi sete, velluti e broccati. Il ceto contadino indossava generalmente abiti realizza-



ti con tessuti che poteva esso stesso produrre o acquistare, quindi soprattutto lino, loden, lana o feltro. Nel 18° secolo le condizioni economiche andarono progressivamente migliorando e, così, per gli abiti dei giorni di festa anche i contadini poterono utilizzare stoffe pregiate. Inoltre, con le sue numerose ricorrenze, religiose e non, la devozione barocca contribuì a modificare anche lo stile dell'abbigliamento. Del resto, per partecipare agli sfarzosi festeggiamenti e alle solenni celebrazioni dell'epoca, tutti ambivano ad essere abbigliati in maniera consona!

### Il costume tradizionale femminile della Val Pusteria, un prezioso tripudio di colori

Tra i costumi tradizionali dell'Alto Adige, quello della Val Pusteria è un vero e proprio gioiello. Anch'esso in molteplici varianti, mescola solitamente rosso, blu e verde. Una sinfonia di colori festosa e molto piacevole! Il corpetto femminile rosso intenso del costume tradizionale pusterese della festa è in broccato di lana o seta o pregiato loden, con bordi di colore verde. È inoltre decorato da nastri di velluto verde muschio applicati secondo un disegno predefinito sia sul davanti che sul didietro, e bordature dorate sulla pettorina. Il corpetto presenta sette coppie di ganci dorati che fissano una fettuccia rossa. Al di sotto, si porta una camicetta bianca con scollo e maniche a sbuffo decorati con pizzo realizzato all'uncinetto o al tombolo. Al collo un nastro di seta nero, an-

nodato oppure trattenuto da un anello in argento, e le cui estremità vengono infilate nel corsetto. Il tutto è completato da una gonna nera alla caviglia in lana o loden, un grembiule blu scuro, calzettoni bianchi in lana e scarpe tradizionali nere, talvolta con bordi rossi e ricami realizzati con filo di penne di pavone.

### Il costume pusterese maschile

Gli uomini portano pantaloni in cuoio alla zuava completati da calzettoni in lana bianca o, più raramente, pantaloni lunghi neri in stoffa di loden. Il particolare che più salta all'occhio è il cosiddetto Ranzen, una cintura di cuoio a fascia abilmente ricamata a mano con penne di pavone. Caratteristiche sono inoltre le larghe bretelle verdi incrociate sul didietro, sotto cui fanno bella mostra di sé un panciotto rosso e una camicia bianca in lino. Anche gli uomini annodano al collo il tipico nastro nero. La giacca del costume tradizionale della Val Pusteria, detta Joppe, è di loden rosso o marrone, bordata di verde scuro, e spesso ricamata con l'albero della vita o altri motivi. Anche le donne portano una giacca in stoffa di loden scuro, a campana, con bordature rosse e ricami realizzati da abili mani. Altro elemento importante del costume pusterese tradizionale è il cappello verde giallastro a cupola bassa con nastri di seta verde. Una variante è il cappello nero, anch'esso a cupola bassa e, per le donne, il cosiddetto Knödelhut, un particolare cappello ornato da una serie di pon pon.



### Una ricca simbologia

Ogni singolo elemento del costume tradizionale possiede una ricca simbologia. Così, ad esempio, l'albero della vita ricamato sulla giacca rimanda alla fertilità. Sul dorso del corpetto femminile i nastri di velluto sono impunturati, a evocare la scala biblica che congiunge cielo e terra. Le coppie di gancetti sul corpetto, spesso a forma di serpente attorcigliato, sono sette, numero da sempre ritenuto magico e quindi propizio a proteggere dalle sventure, mentre i nastri rossi stanno a significare amore, gioia e fertilità. Il costume fornisce poi anche indicazioni circa colui o colei che lo indossa. Un tempo, ad esempio, il corpetto rosso significava che la ragazza era nubile, perché le donne sposate lo indossavano di colore blu. I nastri rossi sul cappello segnalavano a loro volta che il ragazzo non era ancora impegnato, mentre se invece era sposato lo si poteva dedurre dai nastri verdi.

### L'importanza cruciale del lavoro artigianale

Ogni singolo costume tradizionale è un piccolo capolavoro, fatto di tanti dettagli che solo l'artigianato artistico sa realizzare. Tutta una serie di professionalità artigianali, oggi sempre più rare, rende infatti possibile dar vita a questi capi di abbigliamento: da chi realizza il ricamo su cuoio con le penne di pavone a chi confeziona i pantaloni di cuoio, il cosiddetto Säckler, per finire con la ricamatrice al tombolo. Da qualche decennio, il costume tradizionale viene indossato sempre più spesso. Le contadine e i contadini, portatori di questa consuetudine, hanno voluto e saputo preservarla. Grazie ai corsi di cucito ad hoc, il costume tradizionale ha ripreso così a far bella mostra di sé negli armadi: un vero gioiello fatto su misura, spesso tramandato di generazione in generazione. Inoltre, componenti di bande musicali, compagnie degli Schützen, gruppi di ballo popolare e associazioni di costumi tipici li indossano in occasione di feste ed eventi pubblici. Una realtà unica e variopinta, segno di una cultura popolare che in Alto Adige si è sempre mantenuta viva nel tempo.

Doris Brunner (Autrice)



Tratto da:

*Inser besches G'wond. Frauentrachten aus dem südlichen Tirol. Ed. Südtiroler Bäuerinnenorganisation, 2014.*



## Astro del ciel ...

“Natale sotto le Tre Cime”  
Il mercatino di Natale di Dobbiaco  
alla sua prima edizione



I mercatini di Natale. Amatissimi, senza alcun dubbio, tanto che durante il periodo di Avvento sembrano quasi spuntare come funghi. Attirano gente da ogni dove proponendo vin brulè e mille dolcetti, tante idee regalo e suggestive manifestazioni collaterali. Quest'anno, anche Dobbiaco allestirà il suo mercatino di Natale, cercando tuttavia di distinguersi per una valenza di particolare qualità.

La tradizione del mercato di Natale vanta una lunga storia. Già nel XIV secolo, la gente desiderosa di curiosare e di fare acquisti girava tra le bancarelle che esponevano le merci più diverse. Partita dalla Germania, l'idea di questi mercatini è poi andata diffondendosi un po' dappertutto. Per diverse che siano le loro varie ubicazioni, tutti hanno sempre in comune quell'atmosfera raccolta che li caratterizza in maniera inconfondibile. **Il paesaggio invernale, piazze deliziose e una cultura radicata nella tradizione locale sono già di per sé ottimi presupposti per un vero mercatino di Natale.**

Dobbiaco, adagiata proprio nel cuore della zona delle 3 Cime/3 Zinnen in Alta Pusteria, è quindi ideale per offrire agli ospiti il meglio in fatto di mercatino di Natale, con tutto il suo contorno. Già durante i preparativi dell'Avvento, Dobbiaco è tutta in fermento, perché il clima natalizio deve essere tangibile un po' ovunque. I visitatori farebbero quindi bene a prevedere anche un bel giro in carrozza per il paese ... Il mercatino di Natale vero e proprio si snoda poi direttamente sulla piazza del centro. Fin da subito, balza all'occhio per come si presenta esteticamente. Il visitatore non trova infatti le solite bancarelle "tipiche", perché le casette richiamano qui la facciata del Grand Hotel di Dobbiaco. Riprendono lo Jugendstil e l'architettura di inizi '900 e si differenziano quindi già per la loro struttura da quelle dei mercatini del circondario. Il fulcro del mercato, attorniato dalle varie casette, è il grande padiglione, dove è possibile sedersi e dove, soprattutto, si svolgono le più diverse attività e manifestazioni. A parte l'elemento estetico, a Dobbiaco si punta infatti su di un ricco e articolato programma >>



collaterale per grandi e piccini, pensato sia per la gente del posto che per gli ospiti. All'interno del padiglione, allestito con grande cura, vengono ospitati un laboratorio teatrale e varie rappresentazioni teatrali, ma è anche possibile dedicarsi ad esempio tutti insieme al bricolage natalizio o alla preparazione del pane. All'intrattenimento musicale provvedono i concerti di cori e gruppi musicali, anche in collaborazione con il Grand Hotel Dobbiaco. E la giostra come quelle di un tempo saprà senza dubbio deliziare i bimbi. Un altro aspetto che gli organizzatori del mercato di Natale di Dobbiaco considerano molto importante è quello delle proposte gastronomiche. Per la gioia del palato, si utilizzano solamente prodotti di provenienza locale che deliziano i visitatori con piatti sia della cucina sudtirolese che, naturalmente, della tradizione natalizia. Zuppa d'orzo, zuppa di gulasch, strudel di mele, biscotti di Natale speziati, i tipici *Lebkuchen*: non sono che alcune delle prelibatezze cucinate e distribuite sul posto dalle varie bancarelle di gastronomia. Il mercato di Dobbiaco, infatti, si considera innanzitutto un evento a vocazione gastronomica.



Un suggerimento: un momento particolare dell'Avvento è come sempre la famosa **sfilata dei Krampus**, figure dall'aspetto selvaggio e diabolico legate alla tradizione di San Nicolò, sfilata che si svolge **sabato 7 dicembre**. È il più grande e il più antico corteo dei Krampus di tutto l'Alto Adige, a cui prendono parte circa 400 maschere in costume, tutte da ammirare. Gli spaventosi comparì incutono decisamente paura, ma non c'è nulla da temere... anche se servono comunque nervi saldi quando passano facendo un gran baccano. Per chi ama la tranquillità non c'è comunque problema, perché ci sono anche zone interdette ai Krampus!

Judith Steinmair (Autrice)



**Orari di apertura:**  
 29/11/19-01/12/19  
 06/12/19-08/12/19  
 13/12/19-15/12/19  
 20/12/19-06/01/20  
 dalle 11:00 alle 20:00

**Eccetto:**  
 24/12/19: 11:00-14:00  
 25/12/19: chiuso  
 01/01/20: 12:00-20:00



1776

# FRANZ

a BRUNICO  
 via MICHAEL PACHER nr. 9

Tel. 0474/555385

info@tessiturafranz.it  
 www.tessiturafranz.it

TESSITURA ARTISTICA



TRADIZIONE E MODERNITÀ  
 NELLO STILE FRANZ



Tutti i nostri tessuti  
 vengono prodotti  
 nella nostra  
**TESSITURA a Brunico**  
 in via M. Pacher nr. 9



I nostri prodotti trovate anche a San Candido nel negozio **Schäfer**



Da generazioni la famiglia FRANZ è una famiglia di tessitori, in cui dal lontano anno 1776 ad oggi l'arte della tessitura è stata ininterrottamente tramandata da padre in figlio. La lunga tradizione familiare ci ha consentito di sviluppare una sempre maggiore attenzione per la qualità, nonché una particolare abilità e sensibilità nel realizzare tessuti dalle fantasie uniche.

Lavoriamo ogni giorno con grande impegno, amore e onestà, per conservare quanto finora raggiunto e dare sempre nuovi impulsi alla nostra bella attività, la tessitura del lino, del cotone e della lana per produrre tessuti belli, di valore, nella qualità conosciuta.



NEGOZIO E TESSITURA A BRUNICO



©Alpe Pragas

# IL BOSCO INCANTATO DI NATALE A BRAIES

## Un viaggio tra le musiche del Natale

Ma chi dice che Gesù Bambino,  
San Nicolò, Babbo Natale, la Befana  
e tutti gli altri protagonisti del Natale non esistano?  
Sarebbe come se dicessimo che non esistono fatine,  
elfi, troll, gnomi e folletti ...



In Val di Braies ci si convince comunque subito del contrario perché, durante tutto il periodo dell'Avvento, nell'idillio della zona delle Tre Cime/3 Zinnen in Alta Pusteria, la magia del Natale diventa realtà. E sa farci sognare. Presso la famosa manifattura di delizie alimentari Alpe Pragas e il caseificio Lechnerhof, il visitatore viene accolto da un piccolo e particolarissimo mondo: il bosco incantato di Natale! Come già il nome rivela, ci sono mille cose da sperimentare e assaporare con tutto lo stupore e la meraviglia, sia per grandi che per piccini. Perché il Natale è soprattutto la festa dell'amore e della famiglia. Delizie della tradizione, come il pane appena sfornato dal forno a legna, dolcetti natalizi, vin brulè e punch, ma anche latticini e formaggi locali e, naturalmente, le specialità a base di frutta della manifattura, non mancheranno di deliziare il vostro soggiorno nel Bosco incantato di Natale. E, per chi fosse alla ricerca di idee-regalo, l'artigianato artistico del posto saprà essere certamente di ispirazione. Voglia di una romantica passeggiata in carrozza? Certo, anche questo è possibile! E, per i nostri piccoli, una puntatina nella stalla del Lechnerhof, per vedere da vicino gli animali che la abitano, è un vero e proprio must. Infine, non potrà ovviamente mancare il degno accompagnamento musicale ... in fin dei conti, cosa sarebbe il Natale senza i suoi canti e la sua musica?



©Alpe Pragas



★ A proposito di canti natalizi: non perdetevi le magiche rappresentazioni nel Bosco incantato di Natale. Accompagnati dai custodi del bosco, il pubblico potrà compiere un viaggio attorno al mondo immergendosi nelle musiche di Natale. In vari punti all'interno del bosco i visitatori incontrano infatti i protagonisti del Natale di vari Paesi. Quello che per noi è Gesù Bambino o, nel resto d'Italia, la Befana, per i bambini nordamericani è Santa Claus e, in Russia, Nonno Gelo. Quale dei tanti personaggi portatori di doni del Natale comparirà di volta in volta, certo non ve lo riveleremo... In fin dei conti, lo spirito del Natale è proprio nello stupore della scoperta ... e noi non vogliamo privarvi di questo piacere! Un viaggio magico e avvincente, accompagnato da spunti musicali offerti dai cori in sintonia con la tradizione dei vari Paesi. Così, melodie note e meno note vi daranno occasione di incontri singolari e meravigliosi ... dove unirsi ai canti sarà un dolce piacere! E poi, chissà ... magari qualcuno riuscirà a intravedere un angelo sfrecciare su di una slitta giù da una discesa ...  
**Perché a Natale tutto è possibile, se ci si crede con il cuore ...**



✱ Judith Steinmair (Autrice)

### Appuntamenti nel Bosco incantato di Natale:



Sabato, 30/11/19 & Domenica, 01/12/19  
 Venerdì, 06/12/19, Sabato, 07/12/19 & Domenica, 08/12/19  
 Sabato, 14/12/19 & Domenica, 15/12/19  
 Sabato, 21/12/19 & Domenica, 22/12/19  
**dalle 10:00 alle 18:00**

### Viaggio musicale nella magia del Natale:



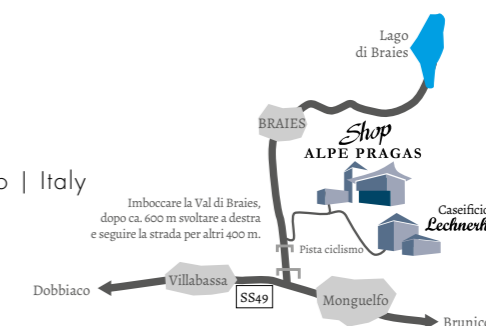
Domenica, 01/12/19, Sabato, 07/12/19  
 Domenica 15/12/19, Sabato, 21/12/19  
**Orario: 11:00, 12:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00**

### Alpe Pragas

Braies di Fuori 38 - I-39030 Braies | Dolomiti | Sudtirolo | Italy  
 Tel. +39 0474 749 400 - info@alpepragas.com  
 www.alpepragas.com

### Lechnerhof

Lechnerhof 37 - I-39030 Braies | Dolomiti | Sudtirolo | Italy  
 Tel. +39 0474 748 652 - info@lechnerhof.bz.it  
 www.lechnerhof.bz.it





# Il suono del Natale

A Villabassa, Natale non sarebbe Natale senza la tradizione del "Turmblasen", le melodie natalizie che originariamente venivano eseguite dal campanile. Tutti gli anni, dopo la Messa di Natale di mezzanotte la comunità locale si riunisce per ascoltare queste musiche e assaporare la magia delle Notte Santa.



Villabassa. Notte di Natale. La Santa Messa di mezzanotte è terminata e la Notte Santa avvolge il paese. La gente sciamava dalla chiesa parrocchiale di Santo Stefano verso la piazza principale, Piazza von Kurz. L'albero di Natale risplende di luci, alle finestre dietro ad esso brillano le meravigliose immagini del calendario d'Avvento. Grandi e piccini si scambiano gli auguri, magari con una tazza di tè bollente o di vin brulé tra le mani. I quattro o cinque "Turmbläser" della banda musicale di Villabassa impugnano i loro strumenti a fiato e subito risuonano le melodie natalizie che tutti ascoltano in raccoglimento. Il messaggio del Natale diviene tangibile. È veramente la festa dell'amore, della gioia e della pace.



## Un rituale molto amato del periodo natalizio

A Villabassa, il Turmblasen dopo la Santa Messa di mezzanotte fa parte del rituale natalizio, sia per chi esegue che per chi assiste. "Senza questa tradizione del Turmblasen non sarebbe veramente Natale", dice anche Robert Burger, presidente della banda musicale di Villabassa. "La gente aspetta il momento in cui ascolterà i musicisti. È parte integrante della Notte Santa e anche per noi esecutori si tratta di un momento assolutamente speciale". Qui a Villabassa la tradizione esiste già da oltre cinquant'anni. Robert Burger l'ha ripresa dal padre, che è stato a sua volta direttore della banda. Inizialmente, i Turmbläser suonavano effettivamente dal campanile della parrocchiale, e più tardi dal balcone di un Gasthaus. Ora, le musiche natalizie risuonano davanti allo splendente albero di Natale illuminato sulla piazza del paese. Robert Burger mantiene viva anche un'altra consuetudine: dopo il Turmblasen, invita i musicisti a casa sua "per gustare una zuppa calda e concludere insieme la Notte di Natale".

## Messaggeri del Natale

L'esibizione musicale dei Turmbläser dura da mezz'ora a tre quarti d'ora. Cinquant'anni fa, i pezzi erano ancora limitati e si intonavano soprattutto classici come "Stille Nacht" e altre canzoni tradizionali dell'area tedesca, come "Oh du fröhliche". "Oggi, invece, la scelta di canti natalizi e dell'Avvento è decisamente molto più ampia. L'importante è riuscire a individuare i pezzi giusti e creare un bel programma", dice Robert Burger. I Turmbläser di Villabassa si preparano con professionalità, provano i vari pezzi e si esercitano a suonare in formazioni diverse. L'esibizione dopo la Santa Messa di mezzanotte non è però l'unica. Ai mercatini di Natale di San Candido e di Lienz e durante l'Introitus della Santa Messa della quarta domenica di Avvento sanno infatti offrire sempre il giusto accompagnamento musicale. E poi, anche i musicisti più giovani seguono il loro esempio: dopo la Santa Messa per i bambini del pomeriggio, quando viene aperta anche l'ultima finestrella del calendario dell'Avvento, la banda giovanile riesce a far brillare ancora di più tanti occhietti spalancati.



## Da guardiani della torre a musicisti

Storicamente, il Turmblasen sarebbe riconducibile ai guardiani che, dal Medioevo fino al XIX secolo, prestavano servizio sulle torri civiche, le torri di difesa e i campanili delle chiese. Il loro compito era proteggere gli abitanti dal pericolo di incendi e dalla minaccia di eventuali nemici. Dal loro punto di avvistamento in posizione eminente, solitamente la torre campanaria che era l'edificio più alto, potevano infatti tenere la zona circostante sotto controllo al meglio. In caso di pericolo davano l'allarme suonando il corno. Più tardi si aggiunsero anche delle esecuzioni musicali vere e proprie, ad esempio per dare il benvenuto a personalità di rango o durante le processioni. Oggi come oggi, questi musicisti non sono più guardiani delle torri ma, anche se con una diversa connotazione, l'usanza del Turmblasen è rimasta ed ha ripreso a diffondersi soprattutto durante il periodo natalizio.

## Anno dopo anno

Non importa se piove, nevica o gela: i Turmbläser di Villabassa suonano comunque, con qualsiasi condizione meteorologica. Finora, l'appuntamento musicale della notte di Natale non è mai stato cancellato. Anche se, talvolta, l'inverno ha in serbo qualche sorpresa. "A 25 gradi sotto zero non geliamo solamente noi, ma anche i nostri strumenti. Una volta, in cima al campanile faceva talmente freddo che dovevamo cercare continuamente di riscaldarci. Nel farlo, dall'agitazione un musicista ha urtato una campana e si è rotto un dente", racconta Robert Burger. Che ricorda anche una notte di nebbia: "A Villabassa la nebbia era così fitta che non si vedeva assolutamente nulla. La gente non vedeva noi, né noi vedevamo la gente". Una volta, perfino il vento ha giocato uno scherzetto: "Il forte vento trasportava il suono lontano, così che della nostra musica non si sentiva praticamente nulla". Contrarietà che comunque non intimoriscono minimamente i nostri Turmbläser, che anche quest'anno compariranno puntuali davanti all'albero di Natale dopo la Santa Messa di mezzanotte per allietare tutti con la loro musica. Perché, senza di loro, il Natale a Villabassa non sarebbe più lo stesso.

Doris Brunner (Autrice)





## Questione di *musica*



© H. Wisshaler

### “Armonico”:

per **Sigisbert Mutschlechner**, definizione di un perfetto inizio di giornata. Sempre un rimando alla musica, come peraltro quasi tutto nella vita di questo 41enne nativo di Villabassa. **Presidente della Fondazione Centro Culturale Euregio di Dobbiaco, direttore della banda musicale e insegnante di musica**, è una delle personalità che più connotano l'evolvere della realtà culturale in Val Pusteria.



© M. Antolay

Se si dovesse scegliere un termine per descrivere cosa definisca e animi Sigisbert Mutschlechner fin da quando era bambino, sarebbe: la musica. Il padre suonava con grande passione nella banda ed è riuscito a trasmettere molto presto questo suo entusiasmo al figlio, offrendogli la possibilità di sperimentare a suo piacimento uno strumento che per molti ragazzi rimane un sogno, cioè la batteria. Quando partecipa a un test di ammissione alla scuola di musica di Brunico, Sigisbert ha appena quattro anni. Capisce già che non basta percuotere lo strumento a tempo della musica, ma anche saper fare le pause al momento giusto, e gli viene quindi concesso di iniziare subito a studiare lo strumento. La cosa non gli ha mai creato problemi di sorta. “La musica è diventata subito il mio mondo”, dice. Un mondo con cui ha mantenuto sempre un forte legame.

Sigisbert ha subito chiaro cosa vuole. Semplicemente mettere la musica al centro della sua vita. Quello che al termine degli studi non gli è invece subito chiaro è il dove. Al conservatorio di Innsbruck ha studiato batteria, organo e direzione. E ora, che fare? Riflette sulla possibilità di iniziare a suonare in un'orchestra a Vienna. Un lavoro a tempo pieno, quello dell'orchestrante, e per di più un lavoro duro, in cui ci si deve limitare a suonare a comando, e dove tutti a mezzogiorno staccano. Si rende conto però che “l'arte non funziona come un lavoro d'ufficio o come un mestiere artigianale” e decide quindi di continuare a insegnare alla Scuola di musica di Brunico, di cui è oggi vicedirettore.

Ma non è comunque che un esempio della sua passione per la musica. L'amore per la direzione d'orchestra si esprime innanzitutto nell'impegno come direttore della banda. E poi, non bisogna dimenticare che è anche presidente della Fondazione Centro Culturale Euregio di Dobbiaco. “Che vuoi”, dice infatti con la tipica inflessione dialettale dell'Alta Pusteria, “mi sento particolarmente legato a questo territorio, già anche solo per la lingua”. Il direttore della banda musicale ha 41 anni e vive a Dobbiaco dal 2012. Un incarico che per lui, da sempre un creativo, ha comportato un grande impegno. La banda

esiste da quasi due secoli ed è una delle poche di tutta la provincia ad avere sempre continuato a operare, senza che neppure le due guerre mondiali ne interrompessero l'attività. Mutschlechner è consapevole di questa sua importanza storica e apprezza molto le qualità e la preparazione dei musicisti che la compongono. Non ci sono poi tante bande musicali eccellenti. Ma a Dobbiaco sì.

La sua idea sarebbe di rendere l'Alta Pusteria un qualcosa di unico dal punto di vista musicale. Un obiettivo certo molto ambizioso ma al quale, nella sua veste di presidente della Fondazione, saprà certo dare il giusto slancio. Riuscire a distinguersi all'interno del panorama culturale già di assoluto rispetto dell'Alto Adige non è certo un gioco da ragazzi. “Ci sono sempre molte iniziative, spesso forse addirittura troppe”. Ma il Centro Culturale di Dobbiaco possiede un potenziale enorme. Chi arriva con il treno, ad esempio, scende praticamente davanti all'entrata del Centro, aspetto da non sottovalutare in tempi di consapevolezza ambientale e di strade intasate dal traffico. E poi, la posizione dello storico Grand Hotel vicino al bosco, l'atmosfera degli interni ... vere e proprie immagini da cartolina. Inoltre, ospiti e artisti hanno la possibilità di pernottare nella struttura. “Una situazione molto fortunata, che tanti altri si sognano”.

Ovviamente, Mutschlechner vuole che sia innanzitutto il **programma** a dar lustro a **Dobbiaco**. Classici come le Settimane musicali Gustav Mahler o il concerto di Capodanno dell'orchestra Haydn, perennemente sold out, il concerto Barocco - concerto per bambini, la Giornata della musica popolare con vari workshop, un complesso di ottoni fuoriclasse o le celebrazioni dell'Avvento, assicurano una variegata offerta culturale, proposta in tante diverse declinazioni.

Sigisbert Mutschlechner non si è mai pentito della sua decisione di rimanere in Alto Adige. “Sono convinto che qui posso far molto”. Grazie alla musica ... che altro sennò?

Verena Duregger (Autrice)

# Il Rifugio Lachwiesen/Lachwiesenhütte



In posizione idilliaca e circondato dalla natura incontaminata, ecco il Rifugio Lachwiesen a 1.690 m s.l.m.. A deliziare il palato, piatti semplici ma gustosi della **cucina tirolese**, con i dolci fatti in casa come piacevole conclusione di un bel pasto. Sia in estate che in inverno, il rifugio è facilmente raggiungibile a piedi o in auto da Dobbiaco. Per un'escursione in famiglia al Rifugio Lachwiesen, seguite il sentiero n. 1A che parte dal centro di Dobbiaco e passa di fianco alla fontana d'acqua potabile "ZweiWasserBrunnen" (Tesori d'acqua). Il tempo di percorrenza è di circa 1,5 ore. Chi intende salire con le ciaspole, può incamminarsi dalla Valle di San Silvestro o da Monte San Candido.

**Rifugio Lachwiesenhütte** | Fam. Schneider  
Haselberg 40, 39034 Dobbiaco  
Tel.: +39 348 013 12 79 | lachwiesenhuetten@gmail.com



## Strauben con marmellata di mirtilli rossi

Ricetta per 4 Strauben:

### Ingredienti:

- 200 g di farina
- 250 ml di latte
- 20 g di burro fuso
- 3 tuorli
- 3 albumi
- grappa
- un pizzico di sale
- 50 g di zucchero



### Preparazione

Lavorate la farina e il latte fino ad ottenere un impasto liscio. Aggiungete, sempre mescolando, il burro, i tuorli e un po' di grappa. Montate a neve gli albumi e, continuando a sbattere, aggiungete il sale e lo zucchero. Incorporate gli albumi montati a neve nel composto di farina e uova. Versate il composto in un imbuto e fatelo colare nell'olio caldo. Friggetelo fino a quando sarà leggermente dorato su ambedue i lati. Prima di servire, cospargete di zucchero a velo e guarnite con marmellata di mirtilli rossi.

# Lagazuoi 5 Torri Giaù

Alle 5 Torri e al Lagazuoi le piste tagliano il fronte dei combattimenti tra l'esercito italiano ed austro-ungarico. Le postazioni militari restaurate, a lato della pista da sci, sono liberamente visitabili lungo il Giro della Grande Guerra.



## Visitare con gli sci i luoghi della Grande Guerra

### Funivia Falzarego Lagazuoi

Tel/fax: (+39) 0436.867301  
Apertura: da Dicembre a Pasqua

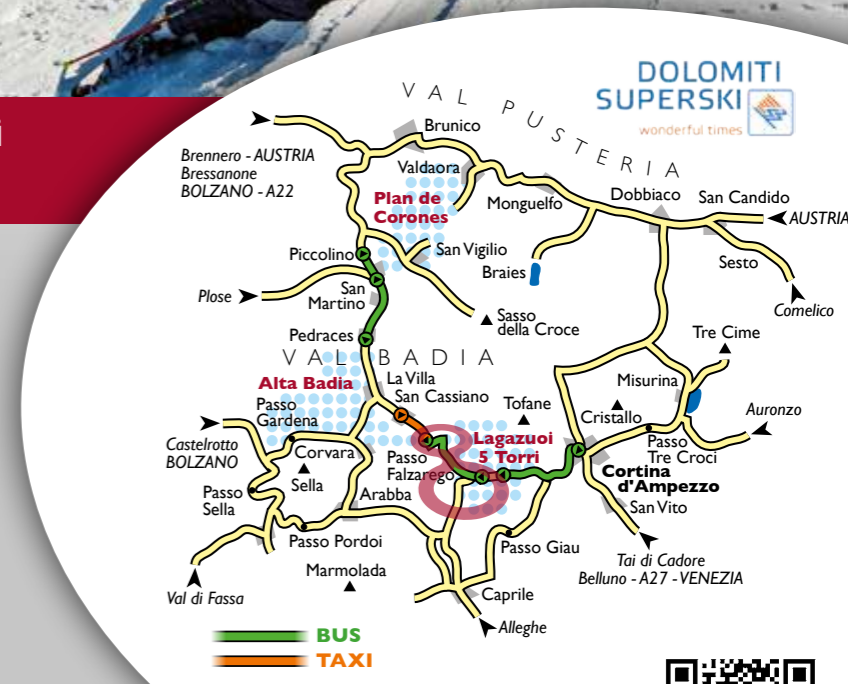
### Seggiovia 5 Torri

Tel/fax: (+39) 0436.4010  
Apertura: da Dicembre a Pasqua

Da Plan de Corones l'area Lagazuoi 5 Torri è raggiungibile attraverso l'Alta Badia con lo skibus Piccolino - Pedraces

### Per informazioni: Cortina Delicious

Tel. (+39) 0436.2863 - info@cortinadelicious.it  
www.cortinadelicious.it



## SUPER 8 SELFIE, PHOTO & VIDEO COMPETITION

Partecipa anche tu al concorso per condividere le emozioni dello skitour tra le cime più belle delle Dolomiti.



# Get social!

#3zinnendolomites  
#discover3zinnen



[tre-cime.info](http://tre-cime.info)



[Facebook.com/3zinnenholidayregion](https://Facebook.com/3zinnenholidayregion)



[Instagram.com/3zinnendolomites](https://Instagram.com/3zinnendolomites)



[Youtube.com/altapusteria](https://Youtube.com/altapusteria)



# Vacanze individuali nelle Dolomiti

All'Apparthotel Germania, oltre alla stanza, prenotate anche un mondo di benessere!  
Camere oppure appartamenti, scelta a piacere – una cosa è certa:  
la vacanza in montagna rimarrà indimenticabile comunque!

Via Dolomiti 44 Dobbiaco · Tel. +39 0474 972160 · info@apparthotel-germania.com  
[www.apparthotel-germania.com](http://www.apparthotel-germania.com)

DELIZIE DI FRUTTA      LABORATORIO



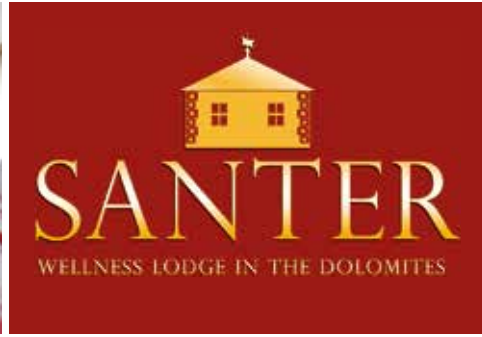
VISITE GUIDATE      SHOP



ALPE PRAGAS | Braies di Fuori 38 | I-39030 Braies | Dolomiti | Sudtirolo | Italy  
Tel. +39 0474 749 400 | info@alpepragas.com | www.alpepragas.com



**VISIT US:**  
**Orari d'apertura:**  
Lun-Ven ore 08.00-12.00  
& ore 13.00-18.00  
Sab ore 09.00-12.30  
& ore 13.30-18.00  
**Orari speciali:**  
26.12.2019-06.01.2020  
ore 09.00-18.00



ROMANTIK  
HOTELS & RESTAURANTS  
INTERNATIONAL  
Alemagnastraße 4 | I-39034 Toblach-Dobbiaco  
T + 39 0474 972 142  
info@hotel-santer.com  
www.hotel-santer.com



# La Stube

ORIG. LODEN



*La vostra boutique tirolese e di Loden in Val Pusteria*

Via S. Giovanni 69 :: I-39034 **DOBBIACO**  
tel. 0474 972 350