

Dein Herbst – Dein Vinschgau

Einblicke in Kultur und Lebensart von September bis November



Während sich die Natur farbenprächtigt auf eine lange Zeit der Ruhe vorbereitet, beginnt bei uns im Vinschgau die beste Zeit, um noch einmal richtig Kraft zu tanken für die kalte Jahreszeit. Tiefe Einblicke in Kultur und Lebensart erwarten die aufmerksamen GenießerInnen.

Herbsterfahrten im Vinschgau

Würzig & Herzhaft – Eine Genussreise auf der Alm

Wenn der Herbst die Alm in warmes Licht taucht und klare Bergluft den Appetit anregt, öffnet die Obere Stilfser Alm ihre Türen für eine besondere Genusszeit.

Dich erwarten ausgewählte Käsespezialitäten aus der Region sowie feine Gaumenfreuden aus der hauseigenen Räucherammer. Erlebe den echten Geschmack der Alm: authentisch, handgemacht und voller Aromen – ein Genuss für alle Sinne!

Zeitraum: donnerstags, 4. September – 16. Oktober 2025

Dauer: ca. 1 Stunde

Preis: 16 € pro Person, 5 € pro Kind bis 10 Jahre

Treffpunkt: 15.00 Uhr - Stilfs, Obere Silfser Alm

Anmeldung: Tel +39 0473 613 015 (TV Suldén) oder online bis 17.00 Uhr des Vortags

Der Goldseeweg – vom Stilfser Joch zur Furkelhütte

Kaum ein Weg im Alpenraum ist so vielseitig wie der Goldseeweg. Begleitet von einem Wanderleiter, erwartet dich das imposante Panorama der Pässestraße Stilfser Joch und die Gletscherwelt rund um den Ortler 3.905 m, dem höchsten Berg Südtirols.

Erfahre mehr über Flora und Fauna sowie Historisches aus dem 1. Weltkrieg, dessen Relikte entlang des Weges zu sehen sind.

- Zeitraum:** freitags, 5. September – 10. Oktober 2025
Dauer: ca. 8 Stunden (4 – 5 Stunden reine Gehzeit)
Preis: 5 € pro Person (ab 16 Jahren)
Treffpunkt: 10.00 Uhr – Stilfser Joch, Bushaltestelle (Buslinie Nr. 270)
Anmeldung: Tel +39 0473 613 015 (TV Sulden), Tel + 39 0473 616 034 (TV Prad) oder online bis 17.00 Uhr des Vortags
-

Kunsthistorische Führung in der St.-Johann-Kirche in Prad

Wenn die Blätter fallen und die Natur zur Ruhe kommt, öffnet die St.-Johann-Kirche in Prad ihre Türen für eine besondere Zeitreise. Entdecke mit uns die romanische Baukunst, kostbare Fresken aus längst vergangenen Jahrhunderten und bewegende Geschichten rund um die Herren von Tschengls. Wir werfen auch einen Blick auf die einzigartigen Fresken von Karl Plattner und verweilen am Grab des Botanikers Hermann Müller – ein Ort, an dem Geschichte, Kunst und Natur in herbstlicher Stille verschmelzen.

- Zeitraum:** montags, 1. September – 24. November 2025
Dauer: 1 Stunde
Preis: 6 € pro Person (ab 15 Jahren)
Treffpunkt: 17.00 Uhr (September), 16.00 Uhr (Oktober/November) – Prad, St.-Johann-Kirche
Anmeldung: Tel +39 0473 616 034 (TV Prad am Stilfserjoch) oder online bis 18.00 Uhr des Vortags

Kastanien-Kulturwanderung am Waal

Gemeinsam mit Max Gögele, Obmann des Schlanderser Kastanienvereins, tauchst du in die Vinschger Kastanienkultur ein. Die teils 400 Jahre alten Bäume rund um Kortsch und Schlanders prägen nicht nur die Landschaft, sondern erzählen auch von Tradition und Pflege. Am Kastanienwaal erfährst du mehr über Geschichte, Anbau und Nutzung der „stacheligen Köstlichkeiten“.

Zum Abschluss braten wir gemeinsam frische „Keschtn“ über dem Feuer – und lassen den Nachmittag bei einem geselligen Umtrunk gemütlich ausklingen.

Zeitraum:	dienstags, 9. September – 28. Oktober 2025
Dauer:	2 Stunden
Preis:	10 € pro Person
Treffpunkt:	14.00 Uhr – Tourismusverein Schlanders
Anmeldung:	Tel +39 0473 730 155 (TV Schlanders-Laas) bis 17.00 Uhr des Vortags
Teilnehmer:	mind. 4 Personen

Erlebe Marmor & Genuss – eine einzigartige E-Bike-Tour

Nach einer beeindruckenden Filmvorführung über den berühmten Laaser Marmor radeln wir gemeinsam von Laas über Tarnell hinauf zum faszinierenden Göflaner Marmorbruch (ca. 1.300 Hm), einem der höchstgelegenen Marmorbrüche Europas. Unterwegs erwarten dich atemberaubende Ausblicke auf das Vinschger Tal und spannende Einblicke in die Geschichte des Marmors. Nach der Besichtigung kehren wir zur wohlverdienten Jause auf der Göflaner Alm ein (nicht im Preis inbegriffen). Zurück im Marmordorf Laas klingt der Tag genussvoll aus – mit feinen Schokoladen- und Pralinenkreationen bei „Venustis“.

Zeitraum:	donnerstags, 4. September – 6. November 2025
Dauer:	ca. 4,5 Stunden
Preis:	38 € pro Person, 25 € für Jugendliche (12-16 Jahre), ohne E-Bike
Strecke:	ca. 15 km / 1.300 Hm
Schwierigkeit:	mittel – E-Mountainbike erforderlich
Treffpunkt:	10.30 Uhr – Laas, Bahnhof
Anmeldung:	Tel +39 347 40 95 404 (Marmorplus) oder online www.marmorplus.it bis 18.00 Uhr des Vortags
Teilnehmer:	min. 6 Personen

Rothirsche im Liebestaumel

Beginnend mit Ende September hallen Brunftschreie der Rothirsche durch die herbstlichen Wälder des Nationalparks Stilfserjoch. Warm angezogen lauschen wir im Wald dem Röhren der männlichen Hirsche. Mit ein bisschen Glück können wir die Tiere nicht nur hören, sondern auch beobachten.

- Termine:** 28. September, 1. – 5. Oktober 2025
Dauer: 3 Stunden
Preis: 5 € pro Person
Treffpunkt: 16.00 Uhr – Hintermartell, Parkplatz Alpen Gasthof Zufritt
Anmeldung: Tel +39 0473 745 027 (Besucherzentrum culturamartell) oder online www.nationalpark-stelvio.it bis 17.00 Uhr des Vortags
-

Waldbaden im Herbst mit Lisi Tappeiner

Lisi Tappeiner begleitet dich in den herbstlichen Wald, wo du mit einfachen Achtsamkeitsübungen, bewusster Atmung und stillen Momenten zur Ruhe kommst. Dabei tauchst du ein in die besondere Stimmung des Waldes – mit seinen Farben, Gerüchen und leisen Klängen. In rund drei Stunden geht es langsam durch den Wald, mit vielen kurzen Stopps zum Wahrnehmen, Spüren und Durchatmen. Zum Abschluss bleibt Zeit für einen ruhigen Austausch – und der Wald wirkt oft noch lange nach.

- Zeitraum:** mittwochs, 17. September – 8. Oktober 2025
Dauer: 3 Stunden
Preis: 35 € pro Person
Treffpunkt: 09.30 Uhr – genauer Ort wird bei Anmeldung bekannt gegeben
Anmeldung: Tel +39 0473 623 109 (TV Latsch-Martelltal) oder online bis 17.00 Uhr des Vortags
-

Genusswandern und Biowein-Verkostung am Lehengut

Nach einer gemütlichen Tour auf dem Weinwanderweg „Via Vinum Venostis“ begleitet von Weinbauer Thomas Plack geht es in den Weinberg. Hier werden vier bis fünf Bioweine verkostet – und zwar direkt da, wo die jeweilige Sorte angebaut wird. Am Ende der Führung führt der Winzer noch persönlich durch seinen Weinkeller.

- Zeitraum:** dienstags, 2. September – 11. November 2025
Dauer: 3 Stunden
Preis: 15 € pro Person (ab 16 Jahren)
Treffpunkt: 14.00 Uhr – Kastelbell, Informationsbüro
Anmeldung: Tel +39 0473 624 193 (TV Kastelbell-Tschars) oder online bis 17.00 Uhr des Vortags

Der Kastanie auf der Spur! Führung durch den Kastanienhain in Tschars

Bei einer gemeinsamen Wanderung erfährst du alles über „das Brot der armen Leute“ und lernst Wissenswertes über den Anbau und die Ernte der Kastanie. Anschließend genießen wir frisch geröstete Kastanien direkt beim Bauernhof. Bei einem guten Glas Wein bleibt Zeit, um noch so einiges aus erster Hand zu erfahren.

Zeitraum:	donnerstags, 25. September – 23. Oktober 2025
Dauer:	2 Stunden
Preis:	15 € pro Person, 9 € pro Kind (5 – 14 Jahre)
Treffpunkt:	14.00 Uhr – Tschars, Parkplatz unterhalb Pizzeria Sonne
Anmeldung:	Tel +39 0473 624 193 (TV Kastelbell-Tschars) oder online bis 17.00 Uhr des Vortags

Sonnenaufgangstour zum Trumser Dolomitenblick mit Almfrühstück

Diese leichte bis mittelschwere Bergwanderung zum Trumser Dolomitenblick bietet ein besonderes Erlebnis: Noch vor Sonnenaufgang, in völliger Dunkelheit, erleben wir die Stille der Natur. Während der Morgendämmerung öffnen sich erste Ausblicke ins Tal, und schließlich beobachten wir von oben, wie die Welt erwacht. Spätestens wenn die ersten Sonnenstrahlen über den Gipfeln der Dolomiten erscheinen, ist klar: Das frühe Aufstehen hat sich mehr als gelohnt.

Termine:	freitags, 12., 26. September und 10., 24. Oktober 2025
Dauer:	ca. 5 – 6 Stunden (3 Stunden reine Gehzeit)
Preis:	30 € pro Person, 15 € pro Kind (8 – 14 Jahre)
Treffpunkt:	Kastelbell – Obstgenossenschaft Juval (Uhrzeit wird bei Anmeldung bekannt gegeben)
Anmeldung:	Tel +39 0473 624 193 (TV Kastelbell-Tschars) oder online bis 12.00 Uhr des Vortags
Teilnehmer:	mind. 2 Personen

Kulturhistorische Höfewanderung – Finail, Raffein, Tisen

Diese geschichtsträchtige Höfewanderung startet beim Leiterkirchlein in Vernagt. Der Weg führt über den Staudamm hinein in den Seerundweg – mit eindrucksvollen Blicken auf den berühmten Kirchturm im See, stilles Zeugnis der Flutung des Dorfes in den 1950er Jahren. Im Herbst leuchten die Lärchen rund um den türkisblauen Vernagt-Stausee besonders intensiv. Am See-Ende zweigt der Weg ab Richtung Finailhof, einst Europas höchstgelegener Kornhof. Über den Höfeweg Nr. 7 mit fantastischer Aussicht geht es weiter vorbei am Raffein- und Tisenhof zurück nach Vernagt – begleitet von bewegender Geschichte und beeindruckender Landschaft.

Zeitraum: dienstags, 16. September – 7. Oktober 2025
Dauer: 4 Stunden
Preis: 10 € pro Person (ab 10 Jahren)
Treffpunkt: 10.00 Uhr – Vernagt, Leiterkirchlein
Anmeldung: Tel +39 0473 679 148 (TV Schnalstal) oder online bis 17.00 Uhr des Vortags

Zur ältesten Hochalm im Tiroler Raum – Moar Alm

Erlebe ein einzigartiges Panorama über den Untervinschgau und den Eingang ins Schnalstal – von der ältesten bewirtschafteten Hochalm Tirols aus. Die Wanderung startet oberhalb von Katharinaberg beim Parkplatz am Schroflhof (1.708 m ü. d. M). Von dort führt der Weg Nr. 9 stetig bergauf Richtung Moar Alm. Rund 400 Höhenmeter sind in einem gemütlichen, zweistündigen Aufstieg zu bewältigen. Oben angekommen, belohnt dich eine beeindruckende Aussicht und eine wohlverdiente Rast. Der Rückweg führt über den Hühnerspielhof zurück ins Dorf Katharinaberg. Begleitet wirst du auf dem Weg von spannenden Geschichten und Wissenswertem über das Schnalstal und seine Geschichte.

Tipp: Shuttle zum Parkplatz Schroflhof Kosten 5 € pro Person.

Zeitraum: mittwochs, 3. September – 8. Oktober 2025
Dauer: 5 Stunden (3 – 4 Stunden reine Gehzeit)
Preis: 10 € pro Person (ab 10 Jahren)
Treffpunkt: 09.50 Uhr – Katharinaberg, Bushaltestelle
Anmeldung: Tel +39 0473 679 148 (TV Schnalstal) oder online bis 17.00 Uhr des Vortags

Rundwanderung zum niedersten Gipfelkreuz des Schnalstales

Vom Ausgangspunkt in Unser Frau führt dich diese abwechslungsreiche Rundwanderung über die Mastaun Alm hinauf zum Mastaunpichele mit seinem markanten Gipfelkreuz auf 2.285 m Höhe. Nach etwa 2,5 Stunden Aufstieg wirst du mit einem traumhaften Rundblick belohnt: Schneefelder des Niederjoch- und Marzellferners glitzern in der Sonne, während der türkisfarbene Vernagt-Stausee tief unten im Tal schimmert. Der Abstieg führt über die idyllisch gelegene Lafetz Alm zurück zum Ausgangspunkt – eine Tour, die Naturerlebnis und beeindruckende Aussichten vereint.

- Zeitraum:** donnerstags, 04. September – 09. Oktober 2025
Dauer: 7 Stunden (3 – 4 Stunden reine Gehzeit)
Preis: 10 € pro Person (ab 10 Jahren)
Treffpunkt: 09.00 Uhr – Unser Frau, Parkplatz oberhalb archeoParc (archäologisches Freiluft- und Aktivmuseum)
Anmeldung: Tel +39 0473 679 148 (TV Schnalstal) oder online bis 17.00 Uhr des Vortags

Entdecke unvergessliche Herbstfahrten!

Melde Dich bequem online an und sichere Dir Deinen Platz.

Hier geht's zur Online-Anmeldung! www.vinschgau.net/dein-herbst

Zeig uns deine Herbstlebnisse im Vinschgau:

#vinschgau #valvenosta #deinherbstdeinvinschgau #iltuoautunnoinvalvenosta

Vinschgau auf Social Media

📷 Instagram www.instagram.com/vinschgau_valvenosta @vinschgau_valvenosta

📘 Facebook www.facebook.com/vinschgau.valvenosta @vinschgau.valvenosta

Events

Termin	Top-Event	Ort
September	Almabtriebe – Rückkehr der Tiere von der Alm	Vinschgau
September	Rückkehr der Schafe von den Bergweiden ins Tal/Transhumanz - immaterielles Kulturerbe der UNESCO	Kurzas & Vernagt
14.09. – 31.10.2025	Herbstausstellung mit Reinhold Tappeiner auf Schloss Kastelbell	Kastelbell
17. – 23.11.2025	Ski Opening Woche in der Alpin Arena Schnals	Kurzas
19.09.2025	Eröffnung der Alpin Arena Schnals - Gletscherskigebiet Schnalstal. Die Alpin Ski Weltelite bereitet sich für die Skiweltcup Saison 2025/26 vor.	Kurzas
05.10.2025	Brauchtums- und Genussfest	Prad am Stilfserjoch
11. – 12.10.2025	Tag der Romanik: Erlebe die mystische Romanik bei kostenlosen Führungen in 19 Kulturstätten	Vinschgau
22. – 29.11.2025	Skitestwoche Sulden – 40.-jähriges Jubiläum	Sulden

Spezialitätenwochen

Termin	Spezialitätenwochen	Ort
29.09. – 14.11.2025	Törggelezeit: Neue Weine und regionale Köstlichkeiten in den Gasthäusern, Buschenschänken und Weinkellern	Kastelbell/Vinschgau
06. – 28.09.2025	Schnalser Schaf – Slow Food Spezialitäten im Rahmen der Transhumanz	Schnalstal
18.10. – 02.11.2025	Krautwochen: Gastronomiebetriebe bieten kulinarische Köstlichkeiten rund um das Vinschger Kraut	Laas

Märkte

Termin	Märkte	Ort
06.09.2025	Streumarkt „Zu Gast in Stilfs“	Stilfs
20.09.2025	Traditioneller Matthäus Markt	Prad am Stilfserjoch