



GIRO

BIKE TOUR

BIKE TOUR

- Geführte Single Trail Tour mit den Bergbahnen
- 5 Berge, 3 Aufstiegsanlagen
- 4.500 Höhenmeter (1.000 Höhenmeter mit dem Bike)
- Anmeldung erforderlich!

BIKE TOUR

- Guided Single Trail Tour with the cable cars
- 5 mountains, 3 cable cars
- 4.500 meters of elevation gain (1.000 m of elevation gain by mountain bike)
- Registration required!

Bikeacademy Sextner Dolomiten:
Tel. +39 347 9381425 | info@bikeacademy-sextnerdolomiten.com

Dolomiti Mountain Sports:
Tel. +39 388 8586028 | info@dolomiti-ms.com

dreizinnen.com/girobiketour

INSIDER

STONEMAN

hm
4000
km
117

stoneman.it

TRAIL

ADVANCED

KREUZBERGPASS | PASSO MONTE CROCE
1.636 m

STIERGARTEN
2.100 m

KABINENBAHN DREI ZINNEN
CABINOVIA TRE CIME
CABLE CAR TRE CIME

THE TRAILS

NEUNER | CIMA NOVE
2.582 m

ZEHNER | CIMA DIECI
2.965 m

ELFER | CIMA UNDICI
3.092 m

ZWÖLFER | CRODA DEI TONI
3.094 m

ROTWAND | CRODA ROSSA
1.925 m

KABINENBAHN ROTWAND
CABINOVIA CRODA ROSSA
CABLE CAR CRODA ROSSA

HENNSTOLL
RIFUGIO POLLAIÖ
POLLAIÖ HUT

SIGNAUE
1.440 m

MOOS | MOSO
1.340 m

HELM | MONTE ELMO
2.000 m

BAD MOOS
1.370 m

OUR OPENING TIMES

dreizinnen.com/summeropentimes

ERLA TRAIL

Schwierig | Difficile | Difficult

STIERGARTEN > SIGNAUE

↔ Länge | Lunghezza | Length: 6,83 km ↕ Höhenunterschied | Dislivello | Drop: 660 m

STANDSCHÜTZEN TRAIL

Schwierig | Difficile | Difficult

ROTWAND | CRODA ROSSA > SIGNAUE

↔ Länge | Lunghezza | Length: 4,22 km ↕ Höhenunterschied | Dislivello | Drop: 485 m

SIGNAUE > BAD MOOS

↔ Länge | Lunghezza | Length: 1,9 km ↕ Höhenunterschied | Dislivello | Drop: 100 m

3 ZINNEN DOLOMITES

Schattenweg 2/F | Via Ombrosa 2/F
I - 39038 Innichen-Vierschach
San Candido-Versciaco
Tel. +39 0474 710 355
Email: info@dreizinnen.com
dreizinnen.com

f i

SAN CANDIDO/INNICHEN - LIENZ

SAN CANDIDO/INNICHEN - BRUNECK/BRUNICO

RENTAL

TO OUR RENTAL

MOUNTAINBIKE

CITYBIKE

E-BIKE & much more

dreizinnen.com/bikereental

ITALY'S ATTRACTIONS

- 1 Punka Bike Center - Rental
- 2 Helm Monte Elmo
- 3 Rotwand Croda Rossa
- 4 Hauloid Monte Baranci & Funbob
- 5 Toblacher See Lago di Dobbiaco Lake Dobbiaco
- 6 Kneipp Niederdorf Kneipp Villabassa
- 7 Prager Wildsee Lago di Braies Lake Prags
- 8 Bruneck Brunico

AUSTRIA'S ATTRACTIONS

- 9 Vitalspinum
- 10 Galitztenklamm Gola della galizia Galitztenklamm gorge
- 11 Lienz

Service- und Retourstelle Assistenza e restituzione bici Bike return & service point

San Candido/Innichen - Lienz

San Candido/Innichen - Brunico/Bruneck

Start Versciaco/Vierschach

EASY

DREI ZINNEN | TRE CIME DI LAVAREDO
2.999 m

MONTE CRISTALLO
3.221 m

SEEKOFEL | CRODA DEL BECCO
2.810 m

PEITLERKOFEL | SASS DE PUTIA
2.875 m

VERSCHACH VIERACH
1154 m

BRUNICO BRUNECK
836 m

LIENZ
673 m

THAL

MITTEWALD

ABFALTERSBACH

TASSENBACH

SILLIAN

PRATO ALLA DRAVA WINNEBACH

SAN CANDIDO INNICHEN

DOBBIACO TOBLACH

VILLABASSA NIEDERDORF

MONGUELFO WELSBERG

VALDAORA OLANG

PERCA PERCHA

SAN LORENZO ST. LORENZEN

CASTELDARNE EHRENBURG

TO THE TRAIN SCHEDULE

ZUG | TRAIN | TRENO

START

PUNKA BIKE CENTER - RENTAL

38 km | 2,5 h | 72 hm | 546 hm

35 km | 3 h | 202 hm | 519 hm

WINTER

115 km
Pisten | Piste | Slopes

100%

Pisten technisch beschneibar
Piste con sistema di innevamento
Slopes with technical snow-making

27

Skihütten | Rifugi | Ski huts

1

Nachtskigebiet (Haunold)
Ski area notturna (Monte Baranci)
Night skiing area (Monte Baranci)

2

Rodelbahnen (mit Lift)
Piste da slittino (con impianti)
Toboggan runs (with cable cars)

SEASON SKIPASS

22.09.25 – 09.11.25

up to
- 20%

14.11.25 – 24.12.25

up to
- 10%

from 25 December
Full Price

3 ZINNEN SUMMERTICKETS

3 ZINNEN MOUNTAIN CARD



Mit der 3 Zinnen Mountain Card kannst du alle geöffneten Bergbahnen in der Region 3 Zinnen Dolomiten **unbegrenzt** nutzen und somit alle unsere Ausflugsberge erleben. Fahrradfans können zur 3 Zinnen Mountain Card den Transport des Bikes dazu buchen. (Kein Fahrradtransport bei der Sesselbahn Haunold)



Con la 3 Zinnen Mountain Card puoi usufruire di tutti gli impianti di risalita, **senza limitazioni** e scoprire così le nostre magnifiche montagne. Gli amanti della bicicletta possono prenotare anche il trasporto delle loro bike. (Trasporto bici vietato sulla seggiovia Monte Baranci)



With the 3 Zinnen Mountain Card you can use all the open cable cars of the holiday region 3 Zinnen Dolomites **for unlimited time** and thus experience all our excursion mountains. Bike fans can book the transport of their bike in addition to the 3 Zinnen Mountain Card. (No bike transport at the chairlift Monte Baranci)

Erhältlich für | Acquistabile per | Available for

1 Tag | giorno | day

3 in 4 Tage | giorni | days

5 in 7 Tage | giorni | days

5 in 10 Tage | giorni | days

TO THE PRICES



dreizinnen.com/mountaincard

MOUNTAIN CARD PUSTERTAL



Mit der Mountain Card Pustertal kannst du mehrere Berg- und Talfahrten bei 15 Bergbahnen an folgenden Ausflugsbergen nutzen: 3 Zinnen Dolomites, Kronplatz, Speikboden, Klausberg, Gitschberg Jochtal.



Con la Mountain Card Val Pusteria puoi usufruire di diverse andate e ritorni presso 15 impianti di risalita delle seguenti mete: 3 Zinnen Dolomites, Kronplatz, Speikboden, Klausberg, Gitschberg Jochtal.



With the Mountain Card Pustertal you can use multiple up and downhill rides at 15 cable cars at the following mountains: 3 Zinnen Dolomites, Kronplatz, Speikboden, Klausberg, Gitschberg Jochtal.

Berg- & Talfahrt | Salita e discesa | Up and down

3x in 5 Tage | giorni | days

5x in 7 Tage | giorni | days

10x im Sommer | in estate | in summer

TO THE PRICES



mountaincard.it

ONLINE SHOP

up to
-8%



Kaufe dein Ticket online im 3 Zinnen Dolomites Shop - bequem, günstiger und ohne Warteschlangen!



Acquista il tuo biglietto online nel 3 Zinnen Dolomites Shop - comodo, più economico e senza code!



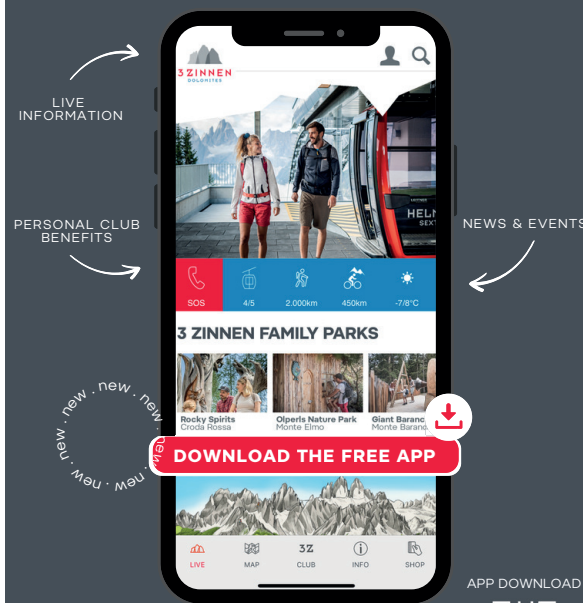
Buy your ticket online in the 3 Zinnen Dolomites Shop - convenient, cheaper and without queues!

TO THE ONLINE SHOP



dreizinnen.com/shopsommer

NEW 3 ZINNEN DOLOMITES APP



OPENING SUMMER 2025

REINHOLD MESSNER
HAUS



3 ZINNEN MOUNTAIN HERO



DIE KLEINEN GÄSTE WERDEN ZUM 3 ZINNEN MOUNTAIN HERO

- Kaufe eine 3 Zinnen Mountain Card und hole das 3 Zinnen Mountain Hero Armband für deine Kinder ab.
- Besucht jedes der folgenden 4 Ausflugsziele: **Riesenreich Haunold**, **Olperl's Bergwelt**, **Erlebnisweg Felsengeister** und **Stiergarten** UND zwick an jeder Station das Armband ab.
- Zeig das Armband mit allen Stempeln an der Bergbahnkassa und holt euch gratis eines unserer süßen Plüschtiere. Bei zusätzlicher Fahrradrente im Punka Bikecenter, kann mit 5 Stempeln zwischen Plüschtier und 3 Zinnen Mountain Hero T-Shirt gewählt werden.

Nur mit der 3 Zinnen Mountain Card möglich.



I PICCOLI OSPITI DIVENTANO UN 3 ZINNEN MOUNTAIN HERO

- Acquista una 3 Zinnen Mountain Card e ritira il braccialetto 3 Zinnen Mountain Hero per i tuoi bambini.
- Visitate ciascuna delle seguenti 4 destinazioni: **Regno del Gigante Baranci**, **Parco Natura Olperl**, **Spiriti delle Rocce** e **Stiergarten** E timbrate il braccialetto ad ogni fermata.
- Mostrate il braccialetto con tutti i timbri alla cassa per ricevere gratis uno dei nostri simpatici animali di peluche. Se noleggiare anche una bicicletta al Punka Bikecenter, con 5 timbri potete scegliere tra un peluche e una maglietta 3 Zinnen Mountain Hero.

Possibile solo con la 3 Zinnen Mountain Card.



THE LITTLE GUESTS BECOME A 3 ZINNEN MOUNTAIN HERO

- Buy a 3 Zinnen Mountain Card and pick up the 3 Zinnen Mountain Hero bracelet for your kids.
- Visit each of the following 4 destinations: **Giant's Home Baranci**, **Olperl's Nature Park**, **Family Park Rocky Spirits** and **Stiergarten** AND pinch off your bracelet at each stop.
- Show your wristband with all stamps at the ticket office and get one of our cute soft toys. With additional bike rental at the Punka Bikecenter, with 5 stamps you can choose between a soft toy and a 3 Zinnen Mountain Hero t-shirt.

Possible only with the 3 Zinnen Mountain Card.

WEEKLY PROGRAM



dreizinnen.com/summerweek

DIENTAG MARTEDÌ TUESDAY

Sunrise tour

Helm - Monte Elmo
dreizinnen.com/sunrise

MITTWOCH MERCOLEDÌ WEDNESDAY

Funbob by night

Haunold - Monte Baranci
dreizinnen.com/funbobybynight

DONNERSTAG GIOVEDÌ THURSDAY

Guided visit to the outdoor museum

Rotwand - Croda Rossa
bellumaquilarum.it

FREITAG VENERDÌ FRIDAY

Giant Baranci Kids' Party

Haunold - Monte Baranci
dreizinnen.com/kidsparty

FREITAG VENERDÌ FRIDAY

Mountain & Prosecco

Helm - Monte Elmo
dreizinnen.com/mountainprosecco

FREITAG VENERDÌ FRIDAY

Dolomites Yoga

Helm - Monte Elmo
dreizinnen.com/mountainyoga

SONNTAG DOMENICA SUNDAY

3 Zinnen Mountain Brunch

Helm - Monte Elmo
dreizinnen.com/brunch

MI, SA MER, SAB WED, SAT

Giro Bike Tour

Helm - Monte Elmo
dreizinnen.com/girobiketour

TÄGLICH OGNI GIORNO DAILY

Helmjet VIP Experience

Helm - Monte Elmo
dreizinnen.com/vip

TÄGLICH OGNI GIORNO DAILY

Reinhold Messner Haus

Helm - Monte Elmo
dreizinnen.com/rmh

HELM MONTE ELMO

HIGHLIGHTS

- Familienrundweg Olperl's Bergwelt mit Barfußpfad | Escursione nel Parco Natura Olperl con sentiero a piedi nudi | Family trail Olperl's nature path with barefoot trail
- Sonnenaufgangstour | L'alba in vetta | Sunrise tour
- Karnischer Höhenweg | Alta Via Carnica
- Giro Bike Tour
- Reinhold Messner Haus **NEW**
- Punka Bike Center



STIERGARTEN

HIGHLIGHTS

- Karnischer Höhenweg | Alta Via Carnica
- Sextner Almenwanderung | Escursione sui pascoli di Sesto | Alpine pasture hike Rif. Alpe Nemes Alm - Malga Klammbach Alm - Malga Coltrondo Alm
- Hennstoll | Rifugio Pollaio
- Klettersteig Kinigat | Via ferrata Kinigat

dreizinnen.com/summeropeningtimes

OUR OPENING TIMES



OPENING SUMMER 2025

REINHOLD MESSNER
HAUS



3 ZINNEN MOUNTAIN HERO



DIE KLEINEN GÄSTE WERDEN ZUM 3 ZINNEN MOUNTAIN HERO

- Kaufe eine 3 Zinnen Mountain Card und hole das 3 Zinnen Mountain Hero Armband für deine Kinder ab.
- Besucht jedes der folgenden 4 Ausflugsziele: **Riesenreich Haunold**, **Olperl's Bergwelt**, **Erlebnisweg Felsengeister** und **Stiergarten** UND zwick an jeder Station das Armband ab.
- Zeig das Armband mit allen Stempeln an der Bergbahnkassa und holt euch gratis eines unserer süßen Plüschtiere. Bei zusätzlicher Fahrradrente im Punka Bikecenter, kann mit 5 Stempeln zwischen Plüschtier und 3 Zinnen Mountain Hero T-Shirt gewählt werden.

Nur mit der 3 Zinnen Mountain Card möglich.



I PICCOLI OSPITI DIVENTANO UN 3 ZINNEN MOUNTAIN HERO

- Acquista una 3 Zinnen Mountain Card e ritira il braccialetto 3 Zinnen Mountain Hero per i tuoi bambini.
- Visitate ciascuna delle seguenti 4 destinazioni: **Regno del Gigante Baranci**, **Parco Natura Olperl**, **Spiriti delle Rocce** e **Stiergarten** E timbrate il braccialetto ad ogni fermata.
- Mostrate il braccialetto con tutti i timbri alla cassa per ricevere gratis uno dei nostri simpatici animali di peluche. Se noleggiare anche una bicicletta al Punka Bikecenter, con 5 timbri potete scegliere tra un peluche e una maglietta 3 Zinnen Mountain Hero.

Possibile solo con la 3 Zinnen Mountain Card.



THE LITTLE GUESTS BECOME A 3 ZINNEN MOUNTAIN HERO

- Buy a 3 Zinnen Mountain Card and pick up the 3 Zinnen Mountain Hero bracelet for your kids.
- Visit each of the following 4 destinations: **Giant's Home Baranci**, **Olperl's Nature Park**, **Family Park Rocky Spirits** and **Stiergarten** AND pinch off your bracelet at each stop.
- Show your wristband with all stamps at the ticket office and get one of our cute soft toys. With additional bike rental at the Punka Bikecenter, with 5 stamps you can choose between a soft toy and a 3 Zinnen Mountain Hero t-shirt.

Possible only with the 3 Zinnen Mountain Card.

HAUNOLD MONTE BARANCI

HIGHLIGHTS

- Riesenreich Haunold | Regno del Gigante Baranci | Giant Baranci's Home
- Funbob Sommerrodelbahn | Pista bob su rotola | Summer toboggan run
- Zwergendorf und Kletterparcours | Nascondiglio degli gnomi e percorso d'arrampicata | Little Wood Village and ropes course
- Riesen-Barfuß-Spaß | Laghetti a forma di piedi gigante | "Giant's footprint" lakes



ROTWAND CRODA ROSSA

HIGHLIGHTS

- Erlebnisweg Felsengeister | Parco alpino Spiriti delle Rocce | Family Park Rocky Spirits **NEW**
- Freilichtmuseum 1. Weltkrieg | Museo 1^a guerra mondiale | Open air museum 1. World War Bellum Aquilarum
- Klettersteig Rotwandspitze | Via ferrata Cima Croda Rossa
- Klettersteig Alpinsteig | Via ferrata Strada degli Alpini
- Klettersteig Arzaplenkopf | Via ferrata Campanile Colesei
- Klettersteig Zandonella | Via ferrata Zandonella

