

Running

in Südtirol

2022



- Top-Laufevents
- Einzigartige Trainingscamps

Wettkampf und Training in Südtirol

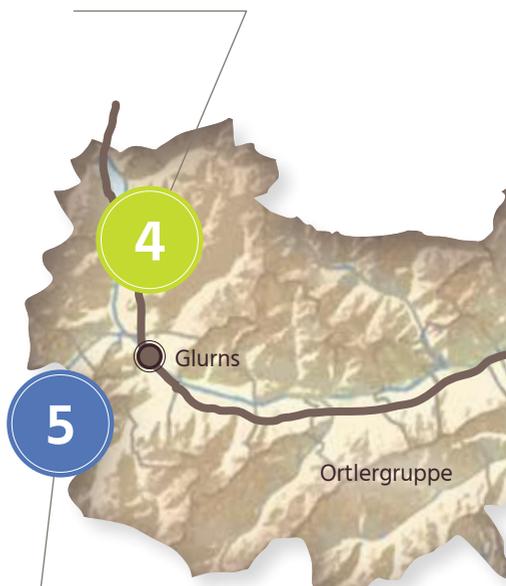


Atemzug für Atemzug vor einmaliger Dolomitenkulisse spürbar fitter werden, die Kraft der Berge in sich aufsaugen, Energie tanken in Höhenlage und die eigene Leistungsfähigkeit im Handumdrehen steigern. Genau dann, wenn es im Tal zu heiß für die ideale Übungseinheit wird, ist es oben in den Bergen angenehm kühl. Das ist es, was Südtirol und die Dolomiten zu einem einmaligen Trainingsrevier für passionierte Läufer macht. Dazu kommt die ausgewogene Ernährung, die hier aus regionalen, gesunden und frischen Lebensmitteln besteht und die Vitalität fördert. Knackige Äpfel, Produkte vom Bauernhof, kristallklares Wasser aus der eigenen Quelle und andere Köstlichkeiten zählen dazu. Der ideale Abschluss? Ein Wettkampf in Südtirol vor atemberaubendem Panorama. Urlaub in Südtirol ist traumhaft – nur Laufen ist schöner!

RESCENSEELAUF

16.07.2022

www.reschenseelauf.it



STILFSERJOCH STELVIO MARATHON

23.07.2022

www.stelviomarathon.it

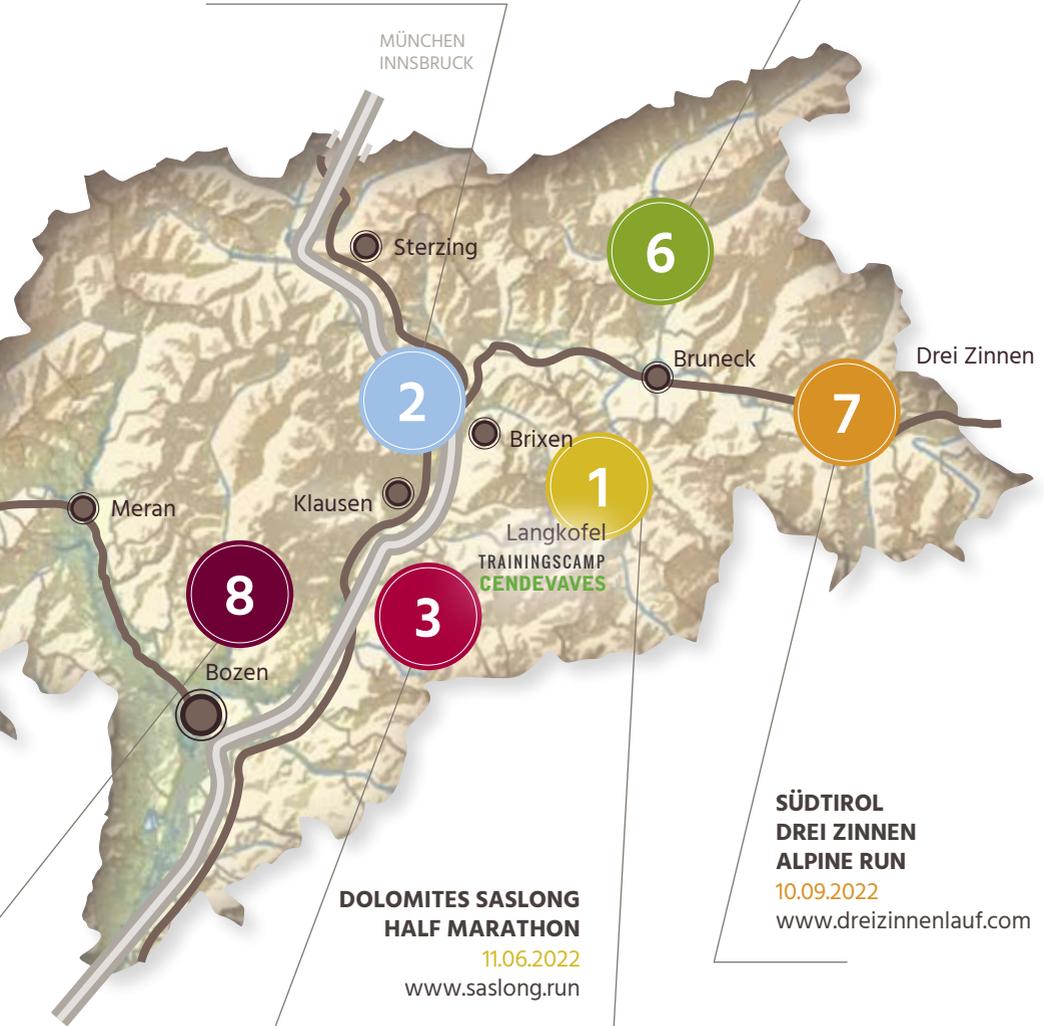
SOLTN-BERG- HALBMARATHON

25.09.2022

www.soltnflitzer.it

**BRIXEN DOLOMITEN
MARATHON**
02.07.2022
www.brixenmarathon.com

POTATO RUN
27.08.2022
www.potato-run.com



**SÜDTIROL
DREI ZINNEN
ALPINE RUN**
10.09.2022
www.dreizinnenlauf.com

**DOLOMITES SASLONG
HALF MARATHON**
11.06.2022
www.saslong.run

SEISER ALM HALBMARATHON
03.07.2022
www.running.seiseralm.it

VERONA
ROM

Events

DOLOMITES
SASLONG
HALFMARATHON

SAVE THE DATE
17th June 2022

→ 21 km ↑ 900 m

4TH EDITION

www.saslong.run

TRAIL RUNNING IN THE DOLOMITES

Dolomites Val Gardena

Runners herdina

SÜDTIROL

1

DOLOMITES SASLONG HM PACKAGE

Die laufbegeisterten Gastgeber, Birgit & Christian, wissen aus eigener Erfahrung, was Läufer benötigen, um gestärkt und entspannt an den Start eines Wettkampfes zu gehen, weshalb Teilnehmer des Dolomites SASLONG HMs im Hotel Cendevaves bestens aufgehoben sind.

- Direkt am Start-Zielgelände gelegen
- Sportlergerechte Halbpension
- Am Tag des Rennens Frühstück ab 6 Uhr morgens
- Streckenerläuterung
- Late-Check Out bis 16 Uhr
- Möglichkeit zur Teilnahme an einem Lauf-Camp vom 05.-09.06.2022

Kontaktieren Sie uns, gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.



Hotel Cendevaves | Fam. Stuffer
Monte Pana 44 | I-39047 St. Christina
T +39 0471 792 062

www.cendevaves.it/laufen

www.brixenmarathon.com

**02. running
07. to the
2022 limits**

Dolomites Ultra Trail 84 km
Brixen Dolomiten Marathon 42 km, 4x4, 2x2
Ladinia Trail 29 km
Villnöss Dolomiten Run 22 km

DOLOMITES ULTRA TRAIL
DOLOMITES LADINIA TRAIL
BRIXEN DOLOMITEN MARATHON
VILLNÖSS DOLOMITEN RUN

südtirol
UISP sportpertutti

2

**Seiser Alm
Half Marathon
03.07.2022**

The 9th half marathon on the largest mountain pasture of Europe.

Place: Seiser Alm, Südtirol / Alpe di Siusi, Alto Adige
Altitude difference: 601 m
Registration and information: running.seiseralm.it
www.facebook.com/seiseralm.halfmarathon

Limited to **700** participants

Green Event
Südtirol Alto Adige

DOLOMITES SEISER ALM
südtirol
Seiser Alm @alpe
Raiffeisen
Meine Bank
La mia banca

3

Events



22. Reschenseelauf

mit JUST FOR FUN Lauf, Nordic Walking und **BAMBINI**-Apfellauf



Samstag,
16.07.2022
17.00 Uhr

15,3 km

www.reschenseelauf.it

4



5



STILFSEJRJOCH
**STELVIO
MARATHON**
21K MOUNTAIN RUN

21km
2100hm
23.07.2022
www.stelviomarathon.it

(C) JENNY SCHUBERT - FOTOGRAFIA

27.08.2022

www.potato-run.com

SÜDTIROLER

Erdäpfllauf

powered by Raiffeisen

#potatorun



6



7



SÜDTIROL
DREI ZINNEN ALPINE RUN

10.09.2022

www.dreizinnenlauf.com | Sexten - Dolomiten | Sesto - Dolomiti | 17,5 km | 1.350 hm

Events



SoltnRUN 10km

21. Soltn-Berghalbmarathon 21,1km
21^a Soltn-Maratonina di montagna
Jenesien - San Genesio

25.09.2022

Informationen - Anmeldung
www.soltnflitzer.it
Informazioni - iscrizione

Soltnflitzer
CORSA JUST FOR FUN LAUF

8



BOclassic

Silvesterlauf - Corsa S. Silvestro - New Year's Eve run
Südtirol - Alto Adige www.boclassic.it

Confrontati con l'elite internazionale

SÜDTIROL
Official partner

31.12. Bolzano · Corsa S. Silvestro · 5 km
Info + Iscrizione: www.boclassic.it

Professionelle Laufshops in Ihrer Nähe



Kreuzgasse 10
39042 Brixen
Südtirol/Italien
www.runners-high.eu



Pfarrplatz 33
39012 Meran
Südtirol/Italien
www.die-laufboutique.it



Haidplatz – Krebsgasse 2
93047 Regensburg
Deutschland
www.laufundberg-koenig.de



Westend 31-39
46399 Bocholt
Deutschland



Ludwig Straße 1
86150 Augsburg
Deutschland
www.absolute-run-augsburg.de

Feedbacks unserer Laufcamp-Teilnehmer



Nochmals danke an Euch, an Eure gesamte Mannschaft und an Albert für die wunderbare Urlaubswoche. Meine Lauftechnik konnte ich beim Training verbessern. Jetzt macht das Laufen noch mehr Spaß. Hatte noch nie ein Lebensmotto. Jetzt habe ich eines: „Immer ganz locker bleiben.“ (M. und E.)

Es hat riesigen Spaß gemacht – auch wenn es manchmal schon Überwindung brauchte. Aber die Gruppendynamik hat eine gute Wirkung und danach freut man sich umso mehr über das Relaxen auf der Wiese oder Terrasse und das leckere Menü am Abend. Alles war einfach großartig: das Essen, die Landschaft, das Programm, Euer Engagement ... einfach alles. Ich würde am liebsten so bald wie möglich wiederkommen – spätestens nächstes Jahr. (K. S.)



Danke nochmal für die schöne Zeit, die tollen Tipps, das wunderbare Essen, die liebe Gesellschaft. (K.)



In den letzten Jahren habe ich an Laufseminaren in Deutschland, Spanien und der Türkei teilgenommen. Ich kann hier sagen (schreiben), dass diese Laufwoche in Südtirol alle anderen Laufwochen in Sachen Training, Betreuung, Unterkunft, Verpflegung, Freundlichkeit und Service um Längen geschlagen hat. (Beispielsweise wurde uns unsere Laufkleidung nach jedem Training frisch gewaschen wieder ausgehändigt). Cendevaves- Team, Südtirol, wir kommen wieder! Extremes Suchtpotential vorhanden! (M. B.)

Für den letzten Halbmarathon im August benötigte ich fast 7 Minuten weniger. Marion war sogar 10 Minuten schneller. Dank Eurem super Training geht da auch im Alter noch was besser. Immer wieder haben wir beim Lauf an die schöne Zeit bei Euch und mit Euch gedacht. Vor allem, wenn es leicht bergauf ging. (M. und J.)

Es war wirklich super! Ich habe mich total wohlfühlt und das Training war echt top. Ich vermisse die Berge jetzt schon. (A. P.)

Einzigartige Laufcamps, organisiert und begleitet von Ihren Gastgebern im Hotel Cendevaves

> „Running Company“-Laufcamp mit Bianca Meyer

II III IV V

Mind. 10, max. 30 Teilnehmer

26.05. bis 02.06.2022

Infos und Anmeldung unter www.runningcompany.de

> Cendevaves-Laufwochen mit Albert Rungger

II III IV V

Mind. 5, max. 20 Teilnehmer

05.06. bis 09.06.2022 | 18.06. bis 25.06.2022 | 10.09. bis 17.09.2022 | 29.09. bis 03.10.2022

(in Zusammenarbeit mit Lauf und Berg König, Regensburg)

> run2gether-Laufcamp mit kenianischen Athleten

I III IV V

Mind. 5, max. 20 Teilnehmer

12.06. bis 18.06.2022

> Faszination Marathon mit Hermann Achmüller

III IV V

Mind. 8, max. 20 Teilnehmer

26.06. bis 03.07.2022

> „Dem Stress davonlaufen“ mit Dr. Monika Niederstätter

I II

Mind. 5, max. 12 Teilnehmer

03.07. bis 10.07.2022

> Trailrunning-Erlebniswoche in den Dolomiten mit Irene Senfter und Lord Jens Kramer

II III IV

Mind. 5, max. 12 Teilnehmer

10.07. bis 17.07.2022

> „Ich bin dann mal weg“-Laufseminar und Auszeit exklusiv für Frauen mit Monika Niederstätter

I II III

Mind. 5, max. 12 Teilnehmer

22.09. bis 25.09.2022

Leistungsniveau:



I = Laufanfänger
V = sehr ambitionierte Läufer

Für Begleitpersonen tolles Alternativprogramm von Val Gardena Active:

www.valgardena-active.com

Änderungen vorbehalten

Cendevaves-Laufwochen mit **Albert Rungger**



Mind. 5, max. 20 Teilnehmer

Laufen in frischer Bergluft und vor grandioser Kulisse: Nutzen Sie die Laufwoche auf 1.600 Metern über dem Alltag, um unter der fachkundigen Leitung des mehrfachen Masters/Weltmeisters Albert Rungger Ihre Ausdauer zu trainieren und Ihre Leistung zu steigern. Jeden Tag stehen unterschiedliche Trainingseinheiten auf dem Programm.

Highlights:

- Tägliches Training mit verschiedenen Laufeinheiten
- Lauftechnik-, Kraft- und Stabilitätstraining
- Orthopädische Fußanalyse und Laufschuhberatung mit dem Orthopädietechniker, Lauftrainer und erfolgreichen Läufer Rudi Brunner
- Yoga für Läufer
- Kostenloser Wäscheservice für Laufbekleidung
- Ausgedehnte Regenerationsmöglichkeit in der Wellnessoase mit Hallenbad, Saunen, Ruhezonen und im Naturerlebnisgarten mit Kneippteich
- Sportlergerechtes, vielfältiges Frühstücksbuffet und abendliches Genussmenü
- Möglichkeit zur Teilnahme am Dolomites SAS-LONG Half Marathon am 11.06.2022 (Startgebühr nicht inbegriffen)

Termine und Preise:

-  So., 05. bis Do., 09. Juni 2022
-  Sa., 18. bis Sa., 25. Juni 2022
-  Sa., 10. bis Sa., 17. September 2022
-  Do., 29. September bis Mo., 03. Oktober 2022
in Zusammenarbeit mit Lauf und Berg König, Regensburg

ab 810,00 Euro pro Person für 7 Nächte
ab 480,00 Euro pro Person für 4 Nächte

7 bzw. 4 Übernachtungen laut gebuchter Zimmerkategorie inkl. vitaler Halbpension, Benutzung der Wellnessoase mit Hallenbad und Sauna, Tiefgaragenstellplatz

Albert Rungger

Albert Rungger gilt als einer der Laufpioniere in Südtirol und ist bei Wettkämpfen in seiner Altersklasse immer führend. Seit Jahren trainiert er erfolgreich Erwachsene und Jugendliche.



run2gether-Laufcamp mit **kenianischen Athleten** für Laufeinsteiger und ambitionierte Läufer



Mind. 5, max. 20 Teilnehmer

Seite an Seite mit kenianischen Athleten trainieren und dabei die Projekte der Initiative „run2gether“ unterstützen. Das Motto „2gether“ (together, gemeinsam) bezieht sich nicht nur auf das gemeinsame Lauftraining, sondern auch auf den kulturellen Austausch und die Etablierung des Laufsports als solide wirtschaftliche Basis für kenianische Sportler.

Highlights:

- Täglich 2 Trainingseinheiten in leistungsbezogenen Kleinstgruppen zusammen mit mehreren kenianischen Athleten
- Gemütliche Morning Runs und anspruchsvolle lange Läufe
- Hill- und Speedwork
- Laufschulung
- Individuelle Trainingsbetreuung durch erfahrene kenianische Athleten
- Alternativtrainings (Mobiyoga, Mobigym) und Vortrag zur läuferechten Ernährung
- Get-together mit Kennenlernen der kenianischen Kultur und Lebensweise (z. B. gemeinsames Kochen kenianischer Köstlichkeiten)
- Kostenloser Wäscheservice für Laufbekleidung
- Ausgedehnte Regenerationsmöglichkeit in der Wellnessoase mit Hallenbad, Saunen, Ruhezonen und im Naturerlebnispark mit Kneipp-teich
- Sportlergerechtes, vielfältiges Frühstücksbuffet und abendliches Genussmenü

Termine und Preise:

 So., 12. bis Sa., 18. Juni 2022

ab 755,00 Euro pro Person für 6 Nächte

6 Übernachtungen laut gebuchter Zimmerkategorie inkl. vitaler Halbpension, Benutzung der Wellnessoase mit Hallenbad und Sauna, Tiefgaragenstellplatz

Thomas Krejci

Ehemaliger Spitzen-Orientierungsläufer und Initiator des Projekts „run2gether“, seit 2008 betreut er mit seinem Team kenianische Athleten in Mitteleuropa und begleitet sie zu diversen Laufwettbewerben. Gleichzeitig bekommen europäische Gäste die Gelegenheit, gemeinsam mit den Kenianern zu trainieren. www.run2gether.com



Faszination Marathon

Wie erreiche ich mein persönliches Wunschziel?

III IV V

Mind. 8, max. 20 Teilnehmer

Eine systematische Marathonvorbereitung ist der Schlüssel zum Erfolg. Hermann Achmüller hilft Ihnen dabei, optimal vorbereitet an der Startlinie zu stehen, den Marathon bestmöglich zu genießen und das erhoffte Ergebnis zu erreichen.

Highlights:

- Tägliche Laufeinheiten
- Lauf-ABC bzw. Laufschnule
- Dynamisches und statisches Dehnen
- Rumpfstabilisation und -mobilisation
- Verschiedene Trainingsbereiche und Trainingsformen verstehen und erleben
- Vortrag: „Laufen – worauf kommt es an?“
- Vortrag: „Wie erstelle ich meinen eigenen Trainingsplan?“
- Möglichkeit zur Teilnahme am Brixen Dolomiten Marathon als Einzelkämpfer, 2er- oder 4er-Staffel am 02.07.2022 (Startgebühr nicht inbegriffen)
- Kostenloser Wäscherservice für Laufbekleidung
- Ausgedehnte Regenerationsmöglichkeit in der Wellnessoase mit Hallenbad, Saunen, Ruhezone und im Naturerlebnispark mit Kneippsteich
- Sportlergerechtes, vielfältiges Frühstücksbuffet und abendliches Genussmenü

Termine und Preise:

 So., 26. Juni bis So., 03. Juli 2022

ab 910,00 Euro pro Person für 7 Nächte

7 Übernachtungen laut gebuchter Zimmerkategorie inkl. vitaler Halbpension, Benutzung der Wellnessoase mit Hallenbad und Sauna, Tiefgaragenstellplatz

Hermann Achmüller

Hermann Achmüller ist derzeit einer der besten Langstreckenläufer Italiens und Mitglied der Nationalmannschaft im 100-km-Lauf. Unter anderem hat er den München Marathon 2005, den Jungfrau Marathon 2008 und die 100 km in Biel 2018 gewonnen.



Dem Stress davonlaufen mit Dr. Monika Niederstätter



Mind. 5, max. 12 Teilnehmer

Laufen bewirkt eine umfassende Verbesserung der körperlichen Befindlichkeit und reduziert die Stressbelastung. Läufer erleben nicht nur während des Laufens ein gesteigertes Wohlbefinden, sondern auch in anderen Bereichen ihres Lebens. Bei diesem Lauf-Camp verbindet die ehemalige Weltklasseläuferin und heutige Sportpsychologin und Mentaltrainerin Monika Niederstätter das Laufen mit dem aktuellen Thema „Stress und Stressbewältigung“. Sie gibt dabei Einblicke in verschiedene Stressmodelle, die uns helfen, unsere persönlichen Stressmuster und Stressverstärker zu erkennen, zu verstehen und zu bewältigen. Dabei lernen wir auch, mit den Stresssituationen des Alltags besser umzugehen und in akuten Stresssituationen die Ruhe und einen klaren Kopf zu bewahren.

Highlights:

- Tägliche Laufrunden (mit Gehpausen) in entspanntem und individuellem Tempo
- Lauftechnik
- Kräftigungsübungen
- Atemübungen und Qigong-Übungen
- Entspannungsübungen
- Informationen zu den positiven Auswirkungen des Laufens auf Körper, Geist und Seele
- Inputs zum Thema Motivation (Überwindung des inneren Schweinehundes, positive Selbstgespräche)
- Impulsvortrag: „Erfolg beginnt im Kopf“
- Verbesserung der mentalen Stärke beim Laufen und im Alltag
- Life-Kinetik-Training (Gehirntraining mit Bewegung)
- Nachmittags Zeit zur freien Verfügung
- Kostenloser Wäscheservice für Laufbekleidung

- Ausgedehnte Regenerationsmöglichkeit in der Wellnessoase mit Hallenbad, Saunen, Ruhezonen und im Naturerlebnispark mit Kneippteich
- Sportlergerechtes, vielfältiges Frühstücksbuffet und abendliches Genussmenü

Termine und Preise:

 So., 03. Juli bis So., 10. Juli 2022

ab 950,00 Euro pro Person für 7 Nächte

ab 425,00 Euro pro Person für 3 Nächte

7 bzw. 3 Übernachtungen laut gebuchter Zimmerkategorie inkl. vitaler Halbpension, Benutzung der Wellnessoase mit Hallenbad und Sauna, Tiefgaragenstellplatz

Dr. Monika Niederstätter

Dr. Monika Niederstätter ist ehemalige Weltklasseläuferin (400-m-Hürdenlauf) und zweimalige Olympiateilnehmerin. Ihre Erfahrung als Leistungssportlerin sowie ihr Wissen als ausgebildete Sportpsychologin, Mentaltrainerin, Entspannungstrainerin und Life-Kinetik-Trainerin setzt sie bei ihrem Workshop im Cendevaves gekonnt ein.

www.monika-niederstaetter.it



Trailrunning-Erlebniswoche in den Dolomiten mit Irene Senfter und Lord Jens Kramer



Mind. 5, max. 12 Teilnehmer

Diese Trailrunning-Erlebniswoche ist bestens geeignet für all jene Läuferinnen und Läufer, die bereits Erfahrung mit dem Laufen von einfachen Trails haben und diese ausbauen möchten. Das bedeutet, dass Sie trittsicher und außerdem in der Lage sein sollten, in hügeligem Gelände etwa eineinhalb Stunden lang locker zu laufen.

Highlights:

- Trailrunning-Touren in der einzigartigen Gebirgslandschaft der Dolomiten
- Theoretische und praktische Einführung in die Welt des Trailrunnings
- Beratung zu Ausrüstung und Verpflegung während des Laufens auf dem Berg
- Spezifische Tipps zu Training und Regeneration
- Sicheres Verhalten in den Bergen, Tourenplanung, kleine Wetterkunde
- Erfahrungsberichte von den schönsten Trailrunning-Wettkämpfen in den Alpen
- Mobil Card zur unbegrenzten Benutzung der Aufstiegsanlagen und der öffentlichen Busse
- Kostenloser Wäscheservice für Laufbekleidung
- Ausgedehnte Regenerationsmöglichkeit in der Wellnessoase mit Hallenbad, Saunen, Ruhezonen und im Naturerlebnispark mit Kneippteich
- Sportlergerechtes, vielfältiges Frühstücksbuffet und abendliches Genussmenü

Termine und Preise:

 So., 10. Juli bis So., 17. Juli 2022

ab 915,00 Euro pro Person für 7 Nächte

ab 410,00 Euro pro Person für 3 Nächte

7 bzw. 3 Übernachtungen laut gebuchter Zimmerkategorie inkl. vitaler Halbpension, Benutzung der Wellnessoase mit Hallenbad und Sauna, Tiefgaragestellplatz

Irene Senfter und Lord Jens Kramer

Die Beiden verbindet Ihre Leidenschaft zum Traillauf. Seit vielen Jahren sind sie laufend in den Bergen unterwegs und haben auch schon gemeinsam bedeutende Wettbewerbe, wie z.B. den Transalpine Run, gewonnen.



Ich bin dann mal weg Laufcamp exklusiv für Frauen mit Dr. Monika Niederstätter



Mind. 5, max. 12 Teilnehmer

Dieser Workshop richtet sich an Frauen, die große Freude am Laufsport finden und unter Anleitung der Sportpsychologin, Mental-Trainerin und ehemaligen Spitzenathletin Dr. Monika Niederstätter ihren Laufstil verbessern und ihre mentale Fitness stärken wollen.

Highlights:

- Guten-Morgen-Einheit vor dem Frühstück (Bewegung und Entspannung)
 - Lauftraining: vormittags eine Laufeinheit, abgestimmt auf die individuelle Fitness, Kondition und Fähigkeiten der einzelnen Teilnehmerinnen
 - Individuelle Übungen zum Erlernen oder Verbessern der Lauftechnik
 - Anleitung zur Stärkung der mentalen Fähigkeiten, Motivation, Stressbewältigung, Atmung und Entspannung
 - Entspannungstechniken während und nach dem Laufen
 - Informationen zu den positiven Auswirkungen des Laufens auf Körper, Geist und Seele
- Inputs zum Thema Motivation (Überwindung des inneren Schweinehunds, positive Selbstgespräche)
 - Auf Wunsch individueller Trainingsplan von Ihrer Trainerin

Termine und Preise:

 Do., 22. bis So., 25. September 2022

ab 410,00 Euro pro Person

3 Übernachtungen laut gebuchter Zimmerkategorie inkl. vitaler Halbpension, Benutzung der Wellnessoase mit Hallenbad und Sauna, Tiefgaragenstellplatz

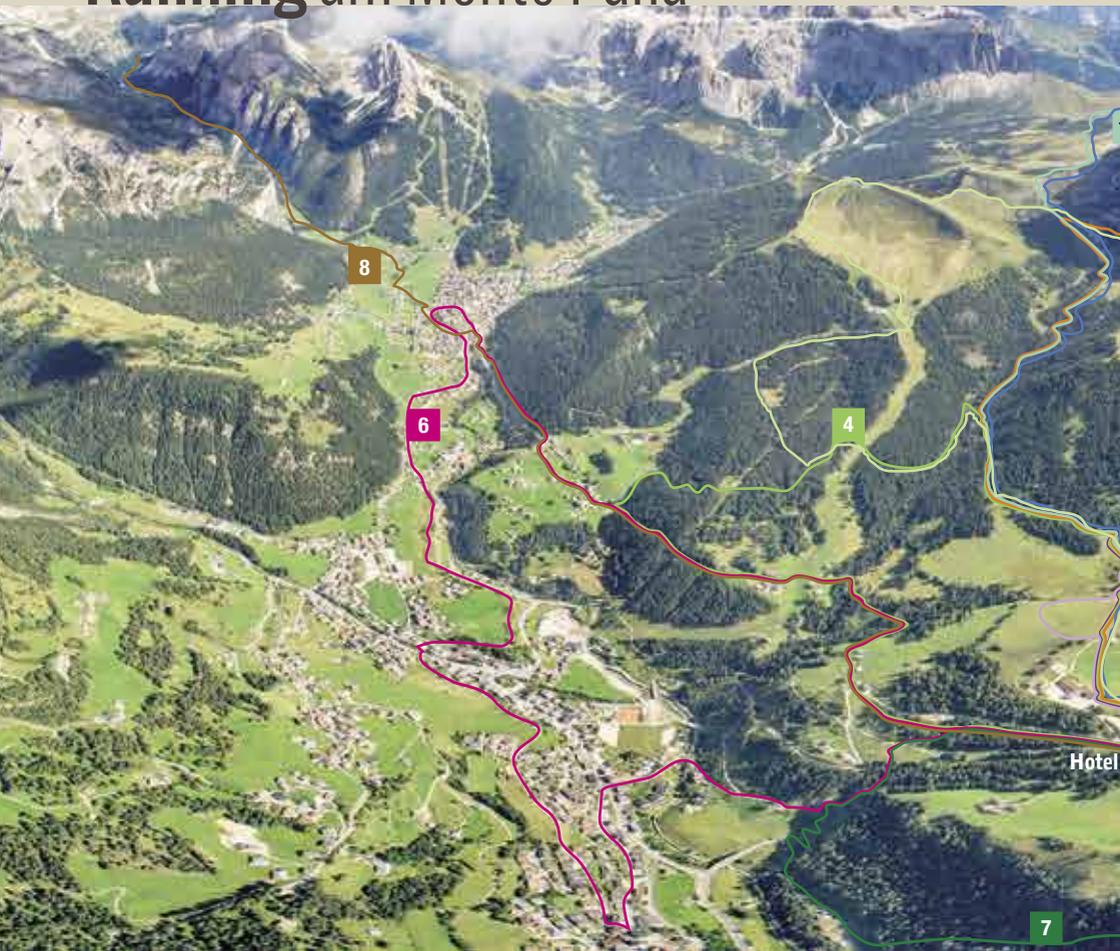
Dr. Monika Niederstätter

Dr. Monika Niederstätter ist ehemalige Weltklasseläuferin (400-m-Hürdenlauf) und zweimalige Olympiateilnehmerin. Ihre Erfahrung als Leistungssportlerin sowie ihr Wissen als ausgebildete Sportpsychologin, Mentaltrainerin, Entspannungstrainerin und Life-Kinetik-Trainerin setzt sie bei ihrem Workshop im Cendevaves gekonnt ein.

www.monika-niederstaetter.it



Running am Monte Pana



Die 12 schönsten Laufstrecken rund um das Hotel Cendevaves

1

Troi Unika



1,6 km - 65 Hm - leicht

2

Raida de Pana



2,5 km - 58 Hm - leicht

3

Palusch-Runde



5 km - 155 Hm - leicht

4

Weltcup-Runde



7,4 km - 275 Hm - mittelschwer

5

Saltria-Runde



12 km - 380 Hm - mittelschwer

6

Alter Bahnweg



16,4 km - 440 Hm - mittelschwer



7 Cioppa-Runde

8,2 km - 430 Hm - anspruchsvoll

8 Langental

21,5 km - 635 Hm - anspruchsvoll

9 Unterhalb der Langkofelgruppe

18,5 km - 600 Hm - anspruchsvoll (Trail)

10 Langkofelumrundung

17 km - 1000 Hm - anspruchsvoll (Trail)

11 Starthaus-Weltcup-Runde

14,4 km - 680 Hm - anspruchsvoll

12 Dolomites SASLONG Half Marathon

21 km - 900 Hm - anspruchsvoll

Ihre erste Wahl für Laufurlaub in Südtirol



HOTEL CENDEVAVES

- Sonnenverwöhntes Berghotel auf 1 600 m mitten im Dolomiten – UNESCO Welterbe
- Im Winter Top-Skidestination mit direktem Einstieg in die legendäre Sellaronda
- Unmittelbar an der sagenhaften Seiser Alm
- Südtiroler Lebensfreude, ladinische Kultur und alpin-mediterraner Genuss
- Laufcamps und Höhentrainings im Juni, Juli und September; alle Infos dazu auf www.cendevaves.it/laufen



Ihre sportlichen Gastgeber Birgit und Christian Stuffer

Hotel Cendevaves | Fam. Stuffer
Monte Pana 44 | 39047 St. Christina/Gröden | Italien
T +39 0471 792 062 | F +39 0471 793 567
info@cendevaves.it | www.cendevaves.it
MwSt.Nr. IT 01474030218