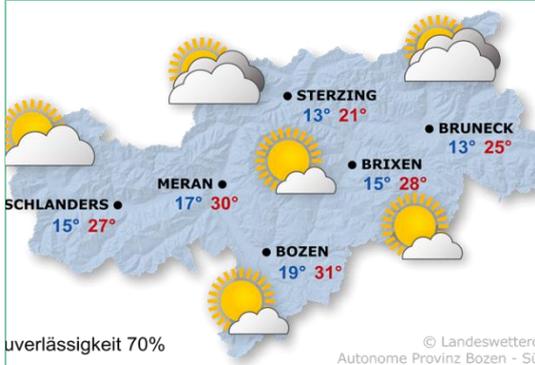


Guten Morgen liebe Gäste, wir wünschen Ihnen einen schönen Mittwoch



Eine feuchte nordwestliche Höhenströmung bestimmt das Wettergeschehen.

Am Alpenhauptkamm und im oberen Vinschgau stauen sich von Nordwesten her die Wolken und es ist leicht wechselhaft. Im restlichen Land scheint bei wechselnder, meist hoher Bewölkung zeitweise die Sonne, besonders am Nachmittag. Die Schauerneigung bleibt gering. Im Norden weht Nordföhn. In Sterzing bleiben die Temperaturen gedämpft mit 21°, in Bozen werden bis 31° erreicht.

Der Donnerstag beginnt im Westen und Norden noch unbeständig, sonst meist schon freundlich. Tagsüber scheint neben ein paar Wolken häufig die Sonne, hartnäckiger bleiben die Wolken im Norden, besonders Richtung Ahrntal. In den nördlichen Landesteilen weht weiterhin der Föhn. Am Freitag scheint im ganzen Land häufig die Sonne, tagsüber ziehen nur ein paar harmlose hohe Wolken durch. Der Samstag bringt hochsommerliches Wetter, am Nachmittag steigt die Gewitterneigung nur leicht an. Auch am Sonntag gibt es viel Sonne mit möglichen Gewittern am Nachmittag.

Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			

## Wanderung von Alba auf den Ciampac

Ausgehend vom Parkplatz der Ciampac-Seilbahn in Alba di Canazei, folgen wir dem Wegweiser Nr. 602 in Richtung "Contrin". Der Forstweg schlängelt sich den Wald hoch, gleich nach der Hütte "Locia de Contrin" geht es gemütlich durch das schöne Contrin-Tal, vorbei an der Cianci Hütte zur weithin bekannten Contrin Hütte (2020 m ü.d.M, 90 Minuten Gehzeit ab Ausgangspunkt). Über den Steig 608 geht es weiter, und zwar aufwärts Richtung Passo Sen Nicolò. Je höher wir kommen, desto imposanter wird die Aussicht auf die umgebenden Dolomiten, Richtung Langkofel vor allem auf die Gipfel der Marmolada: Piccolo Vernel, Gran Vernel, Penia und Ombrettaspitzen. Im Gehrichtung hingegen ist es der pyramidenförmige Col Ombert, unter dem sich die Schutzhütte Rifugio Passo San Nicolò (2.348 m) befindet. Nach der verdienten Mittagspause dort genießen wir den Rundblick, der über das Nikolaustal vom Rosengarten und Latemar einerseits, über das Contrintal mit dem Sellastock und der Marmoladagruppe andererseits reicht. Der folgende Wegabschnitt ist zwar etwas anspruchsvoller, bietet aber weitere überwältigende Ausblicke. Der "Sentiero attrezzato Lino Pederiva" (Nr. 613) ist ein befestigter Panoramasteig über dem Nikolaustal, der zuerst zu den Felsen des Varos führt und dann an der südlichen Seite der Wände Sass Bianch, Sas de Roces und Roseal vorbei. Vor Erreichen des Jochs "Sella di Bruneck" öffnet sich das Almental von Ciampac, durch das wir absteigen. Vor dem Abstieg ist der etwas rutschige und brüchige letzte Abschnitt des Pederiva-Steiges zu meistern, der dem schmalen, meist grasbewachsenen Grat entlang verläuft. Von Ciampac aus geht es dann mit der Seilbahn zurück nach Alba. 6 Stunden sehr anspruchsvoll!



## Ciastel del Tor das Museum der Ladinier

Das Bewusstsein der eigenen Sprache bestimmt wesentlich die Identität der Dolomitenladiner. Diese dient zur Selbstbehauptung nach außen, aber auch als Bindeglied zwischen den 5 ladinischen Talgemeinschaften, die sich in den italienischen Provinzen Belluno, Trient und Bozen befinden. Noch heute wird dort die alte ladinische Sprache gesprochen. Das Museum Ladin, untergebracht im Ciastel de Tor in St. Martin in Thurn, ist genau diesem besonderen Teil der Kultur und der Sprache des Landes Südtirol gewidmet. Im Jahr 2001 wurde das Museum eröffnet und bietet seitdem Einblick in die Sprache, Geschichte, Kultur, Sagenwelt und Handwerk der Dolomitenladiner. Das Hauptaugenmerk liegt bei der Sprache und den Traditionen Ladinien, aber auch archäologische Funde aus der Steinzeit aus dem Tal werden ausgestellt. Ebenso bewundern können Sie Exponate aus den Bereichen Geologie (Die Entstehung und Entdeckung der Dolomiten), Tourismus und Wirtschaftsgeschichte sowie Kunsthandwerk in Ladinien. Das Museum Ladin Ciastel de Tor ist Teil der Südtiroler Landesmuseen, eine eigenständige Körperschaft, zu der auch z.B. die Südtiroler Bergbaumuseen Ahrntal zählen. Zudem wurde 2011 das Museum Ladin Ursus ladinicus eröffnet, das zum Museum Ciastel de Tor gehört und dem Höhlenbären gewidmet ist.

## HEUT AM ABEND AB HALB SIEBEN

### Salat vom Büffet

\*\*\*

### Pizzastrudel

\*\*\*

### Lachsfilets/Zitronensauce oder Paniertes Schnitzel

\*\*\*

### Apfel-Quarkschnitte

\*\*\*

### Wiesel's Weinempfehlung: Sylvaner Eisacktaler, Euro



### Witz des Tages:

Ein Bauer sieht auf dem Markt zum ersten Mal in seinem Leben in einen Spiegel. "Das ist ja ein Bild von meinem Bruder! Er sieht ja aus wie immer: Unrasiert, eine riesige Platte am Kopf, kein Gebiss im Maul und wie immer einen fetten Rausch im Gesicht.", sagt er. "Das Bild kauf ich dir ab!", sagt er zum Verkäufer. Stolz nimmt er den Spiegel mit nach Hause und steckt ihn in das Nachtkastel. Dabei merkt er nicht, dass er von seiner Frau beobachtet wird. Sie denkt sich: "Was wird er schon wieder für ein Geheimnis haben?" Bei der nächsten Gelegenheit schaut sie nach, zieht den Spiegel aus dem Kasten, starrt ihn an und sagt: "Ich habs mir ja gleich gedacht, dass es sich um ein Weiberts handelt! Und eine solch graußliche noch dazu!"

\*Für Unverträglichkeiten wenden Sie sich an die  
Mitarbeiter