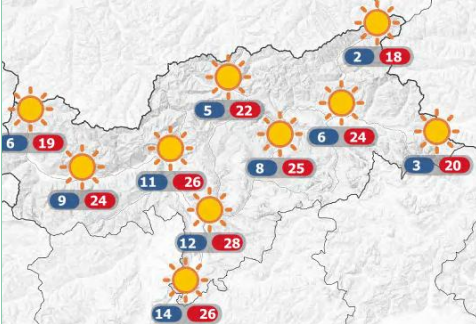


## INSERE MORGENPOST 12.09.2026

Guten Morgen liebe Gäste, wir wünschen Ihnen einen schönen Samstag



Am Samstag bestimmt hoher Luftdruck zusammen mit trockenen Luftmassen das Wetter in den Alpen. Örtliche Frühnebel lösen sich rasch auf und im ganzen Land scheint die Sonne von einem ungetrübten Himmel. Nach einem kühlen Morgen steigen die Temperaturen auf 23° im Wipptal bis 27° im Unterland. Am Sonntag überwiegt der Sonnenschein. Es zeigen sich nur ein paar Schleierwolken, die erst zum Abend hin etwas dichter werden. Die Temperaturen liegen im Durchschnitt für die Jahreszeit. Am Montag geht es insgesamt sonnig weiter, zeitweise ziehen ein paar Wolkenfelder durch. Am Dienstag herrscht verbreitet strahlender Sonnenschein. Der Mittwoch verläuft zunehmend wechselhaft, im Tagesverlauf kommt es voraussichtlich zu einigen Regenschauern und ein paar Gewittern.

| Sonntag                                                                            | Montag                                                                             | Dienstag                                                                            | Mittwoch                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |  |

### 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 Gehrchtung 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 Rocas und Roseal vorbei. Vor erreichen des Jochs "Sella di Brunech" 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 Ćiastel 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 Ćiastel 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 Ćiastel de Tor gehört und dem Höhlenbären gewidmet ist.

## HEUT AM ABEND AB HALB SIEBEN

Salat vom Büffet

\*\*\*

Lauchcremesuppe

\*\*\*

Lasagne

\*\*\*

Filets von der Goldbrasse oder  
Spinatknödel/Käsesauce

\*\*\*

Zwetschgenschnitte

\*\*\*

Wiesel's Weinempfehlung: Lugana,  
Costa Arente, Sirmione, Gardasee  
26,00 Euro



Witz des Tages:

Zwei Südtiroler sitzen beim Frühschoppen.

Sagt der eine:

„latz trink i lei no oan.“

Fragt der andere: „Und nochher?“

„Nochher trink i lei no oan.“

„Und wann geasch hoam?“

„Wenn i mitn Zählen nimmer mitkimm.“