



Linea

6

# Waldbahn Un'esperienza unica

Raggiungere la campagna  
con la linea 6.

**Salite a bordo!**



**INNS'  
BRUCK**

# Tram del bosco

## Un'esperienza unica

Dal centro città a Igls con il tram escursionistico di Innsbruck

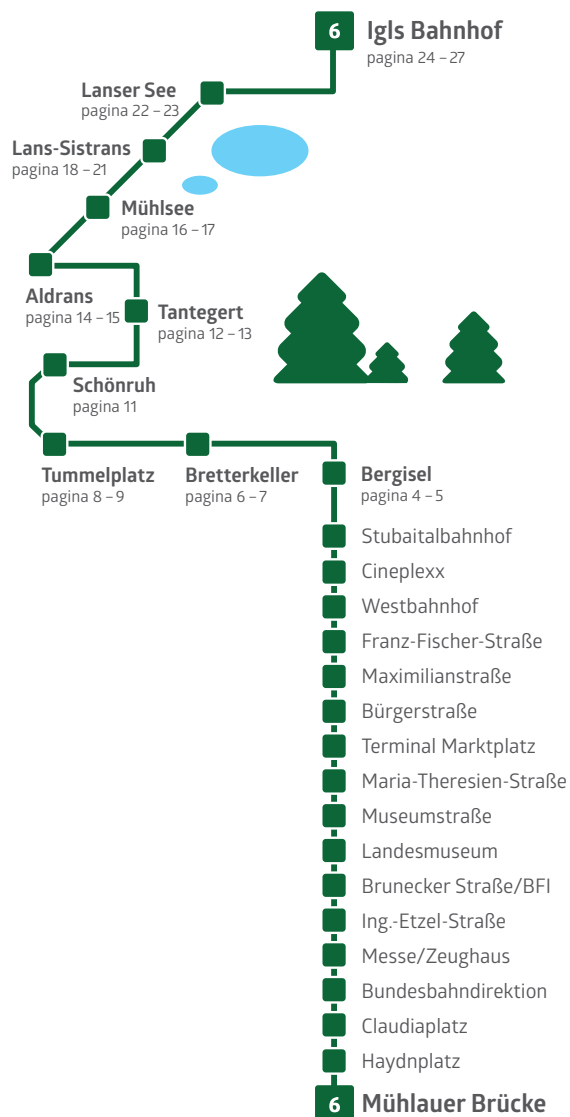
## Il tram che porta alle zone ricreative locali

Attraverso boschi e campi aperti, con partenza ogni ora.

Noti siti sportivi come il trampolino per il salto con gli sci o la pista olimpica su ghiaccio per bob e slittino, significativi luoghi storici come il Bergisel o il castello rinascimentale di Ambras, e poi mistici cerchi di alberi, misteriose grotte, paesaggi contrassegnati da suggestive paludi, lunghi tracciati da running e sentieri escursionistici chilometrici che si snodano sul fine fondo boschivo o lungo sentieri che attraversano i campi. E a coronare il tutto, un'eccellente offerta gastronomica che spazia dalla tradizionale cucina locale ai piatti di tendenza. Le proposte per il tempo libero che si incontrano lungo il percorso di questo particolarissimo mezzo di trasporto sono varie e molteplici, tutte facilmente raggiungibili a bordo del tram del bosco.

Da oltre 120 anni il tram del bosco, noto anche come Linea 6 o "Iglser" (dal nome della località di Igls, ultima fermata del tram) collega il centro della città di Innsbruck e la campagna circostante. Ancora oggi, sia i locali che gli ospiti viaggiano abitualmente lungo il tracciato di 8,36 chilometri che collega il Bergisel a Igls, per raggiungere sia importanti attrazioni turistiche che i punti di partenza per running sportivo o agevoli escursioni.

Nelle pagine seguenti proponiamo un riepilogo delle attività sportive e delle proposte per il tempo libero che si possono trovare nei pressi delle varie fermate del tram del bosco, una volta usciti dal centro cittadino. Salite a bordo!





## Ⓜ Fermata Bergisel

# Il parco giochi degli eroi sul colle Bergisel

La fermata è il punto di partenza ideale per esplorare il Bergisel, il colle cittadino ricco di storia. Ogni anno, gli eroi dell'aria si lanciano dal rinomato trampolino per il salto con gli sci, struttura architettonica ricca di stile. Il museo Tirol Panorama e il museo dei cacciatori dell'imperatore raccontano sapientemente la storia della lotta tirolese per la libertà. Inoltre, da qui, gli appassionati di escursionismo potranno accedere al tratto tirolese del Cammino di San Giacomo (Tiroler Jakobsweg), che conduce a Igls e da lì fino al passo del Brennero. L'offerta è completata da ulteriori musei e da svariate trattorie nei dintorni della fermata.

## Possibili attività:

### Escursioni e passeggiate

#### Cammino di San Giacomo: Bergisel – Igls

⌚ 01:30 h ↔ 4 km 🏔️ dislivello 350 m

Il tratto tirolese del Sentiero di San Giacomo si snoda tra Innsbruck e Ellbögen. Questa tappa porta dal Bergisel a Igls.

#### Innsbruck – Igls

⌚ 01:30 h ↔ 4 km 🏔️ dislivello 300 m

Importante escursione dalla fermata Bergisel fino al centro del paese di Igls, lungo un ombroso sentiero boschivo. È possibile aggiungere una deviazione fino al lago Lanser See.

### Corsa

#### Circuito Bergisel Lauf

↔ 4,6 km 🏔️ dislivello 140 m

Paesaggi selvaggi, natura, sport, storia e cultura: tutto questo lungo un percorso circolare di circa 5 chilometri.

#### Tracciato Inner Circle Trail

↔ 10,2 km 🏔️ dislivello 120 m

Questo tracciato da corsa unisce svariati importanti punti di partenza per percorsi da running a Innsbruck e attraversa la città.

### Gastronomia

Gli orari di apertura aggiornati sono disponibili in internet.

#### Bierstindl

⌚ 2 min. ↔ 160 m 🏔️ dislivello 0 m

Trattoria ricca di tradizione con un'ottima selezione di birre proprio ai piedi del Bergisel.

#### Bergisel 1809

⌚ 10 min. ↔ 500 m 🏔️ dislivello 49 m

Piatti austriaci e internazionali di eccellente qualità, abbinati ad una squisita selezione di vini. Direttamente presso il museo Tirol Panorama.

#### Bergisel Sky

⌚ 15 min. ↔ 800 m 🏔️ dislivello 71 m

Nel ristorante ricco di stile presso il rinomato trampolino per il salto con gli sci, il fascino alpino incontra un panorama mozzafiato a 360 gradi.

Attenzione: ingresso a pagamento!

### Da vedere

#### Bergisel

⌚ 10 min. ↔ 550 m 🏔️ dislivello 51 m

Un monumento ai combattenti per la libertà e agli eroi dell'aria: trampolino per il salto con gli sci, museo Tirol Panorama e museo dei cacciatori dell'imperatore.

#### Basilica di Wilten

⌚ 5 min. ↔ 300 m 🏔️ dislivello 0 m

La più bella chiesa in stile rococò del Tirolo.

#### Museo Tirol Panorama

⌚ 10 min. ↔ 500 m 🏔️ dislivello 46 m

Il gigantesco dipinto circolare, risalente all'anno 1896, rappresenta magistralmente la battaglia per libertà del Tirolo, riportata su una superficie di ben 1.000 m<sup>2</sup> e con una spettacolare veduta a 360°.

#### Museo delle ferrovie locali dell'associazione Tiroler Museumsbahnen

⌚ 3 min. ↔ 240 m 🏔️ dislivello 1 m

Quella che un tempo era la rimessa della ferrovia della valle Stubaital ospita oggi 25 affascinanti veicoli storici che spaziano dai vagoni del tram a vapore alle spaziose automotrici per il trasporto di persone.

#### Museo delle campane

⌚ 5 min. ↔ 400 m 🏔️ dislivello 0 m

Da oltre 400 anni la fonderia di campane Grassmayr, azienda ricca di tradizione a conduzione familiare, esporta pregiate campane in tutta Europa.



Ⓜ Fermata Bretterkeller

## Bretterkeller – hotspot per il running

Tutt'attorno alla trattoria tradizionale Bretterkeller vi sono diverse possibilità di ingresso in tutta una serie di tracciati per il running, dedicati agli sportivi di ogni livello e ogni ambizione. Da qui è inoltre possibile intraprendere un'escursione fino al castello di Ambras, oppure proseguire in direzione di Igls. Chi ama camminare può raggiungere il Bergisel anche da questa fermata.

### Possibili attività:



#### Escursioni e passeggiate

##### Castello di Ambras attraverso il parco commemorativo regionale Tummelplatz

⌚ 40 min. ↔ 2,4 km 🏔️ dislivello 77 m

Il suggestivo sentiero nel bosco che costeggia la strada passa per lo storico cimitero militare del parco Tummelplatz, per raggiungere infine il castello di Ambras con il suo splendido parco.

##### Innsbruck – Igls

⌚ 01:40 h ↔ 4,5 km 🏔️ dislivello 400 m

Bellissima escursione che dalla fermata Bretterkeller attraversa la località di Vill, per poi raggiungere il centro del paese di Igls.

##### Vill – Igls

⌚ 01:20 h ↔ 3,6 km 🏔️ dislivello 260 m

Lungo il viottolo Lanser Steig e il sentiero Poltenweg si raggiunge la località di Vill con il suo sito archeologico risalente all'epoca celtica. Poi si prosegue verso Igls.



#### Corsa

##### Anello Sill-Inn

↔ 10,8 km 🏔️ dislivello 30 m

Attraiante percorso da running lungo il fiume Sill fino al suo sbocco nell'Inn. Il tracciato prosegue poi fino al lago Baggersee, a sud-est di Innsbruck.

##### Parco Tummelplatz – torbiera boscosa di Tantegert

↔ 4 km 🏔️ dislivello 300 m

Tracciato da trail running medio-difficile. La salita iniziale viene ampiamente ricompensata da splendide vedute della città di Innsbruck e da un suggestivo panorama a 180° sulla catena montuosa Nordkette.



#### Corsa

##### Percorso uphill Lanser Kopf

↔ 2,7 km 🏔️ dislivello 332 m

Grintoso tracciato con partenza presso la trattoria Bretterkeller e destinazione Lanser Kopf! Un percorso diretto che porta dalla città fino in cima alla collina denominata Lanser Kopf, passando per singoli tracciati dal fondo morbido.

##### Circuito Bergisel Lauf

↔ 4,6 km 🏔️ dislivello 140 m

Paesaggi selvaggi, natura, sport, storia e cultura: tutto questo lungo un percorso circolare di circa 5 chilometri.

##### Tracciato Tantegert Run

↔ 4,5 km 🏔️ dislivello 150 m

La corsa nel bosco per eccellenza, alla periferia meridionale della città di Innsbruck.



#### Gastronomia

Gli orari di apertura aggiornati sono disponibili in internet.

##### Bretterkeller

⌚ 2 min. ↔ 73 m 🏔️ dislivello 10 m

Cucina casalinga regionale con ingredienti locali, spesso anche da coltivazione biologica, il tutto servito in una delle trattorie più tipiche della zona.

##### Bierstindl

⌚ 5 min. ↔ 350 m 🏔️ dislivello 0 m

Trattoria ricca di tradizione con un'ottima selezione di birre proprio ai piedi del Bergisel.

##### Bergisel 1809

⌚ 13 min. ↔ 750 m 🏔️ dislivello 48 m

Piatti austriaci e internazionali di eccellente qualità, abbinati ad una squisita selezione di vini. Direttamente presso il museo Tirol Panorama.

##### Bergisel Sky

⌚ 16 min. ↔ 850 m 🏔️ dislivello 63 m

Nel ristorante ricco di stile presso il rinomato trampolino per il salto con gli sci, il fascino alpino incontra un panorama mozzafiato a 360°. Attenzione: ingresso a pagamento!



#### Da vedere

##### Bergisel

⌚ 17 min. ↔ 900 m 🏔️ dislivello 64 m

Un monumento ai combattenti per la libertà e agli eroi dell'aria: trampolino per il salto con gli sci, museo Tirol Panorama e museo dei cacciatori dell'imperatore.

##### Museo Tirol Panorama

⌚ 15 min. ↔ 850 m 🏔️ dislivello 49 m

Il gigantesco dipinto circolare, risalente all'anno 1896, rappresenta magistralmente la battaglia per libertà del Tirolo, riportata su una superficie di ben 1.000 m<sup>2</sup> e con una spettacolare veduta a 360°.

##### Museo delle ferrovie locali dell'associazione

##### Tiroler Museumsbahnen

⌚ 11 min. ↔ 800 m 🏔️ dislivello 0 m

Quella che un tempo era la rimessa della ferrovia della valle Stubaital ospita oggi 25 affascinanti veicoli storici che spaziano dai vagoni del tram a vapore alle spaziose automotrici per il trasporto di persone.

##### Museo delle campane

⌚ 13 min. ↔ 1 km 🏔️ dislivello 0 m

Da oltre 400 anni la fonderia di campane Grassmayr, azienda ricca di tradizione a conduzione familiare, esporta pregiate campane in tutta Europa.




Ⓜ Fermata Tummelplatz

## Al castello di Ambras con sosta al parco Tummelplatz

L'atmosfera mistica dello storico cimitero militare del parco commemorativo regionale Tummelplatz invita a fare una piccola deviazione per una piacevole visita. La fermata è inoltre il punto di partenza per un variegato percorso di fitness e per svariate escursioni. Infine, da questa fermata è possibile raggiungere il castello di Ambras con una breve passeggiata.

Possibili attività:

 Escursioni e passeggiate

**Castello di Ambras passando per il parco Tummelplatz**


⌚ 20 min. ↔ 1,1 km ↘ dislivello 25 m ↘ 30 m (in discesa)

Il suggestivo sentiero nel bosco che costeggia la strada passa per lo storico cimitero militare del parco Tummelplatz, per raggiungere infine il castello di Ambras con il suo splendido parco.

**Parco Tummelplatz – Igls**

⌚ 01:30 h ↔ 4 km ↘ dislivello 350 m

Facile escursione attraverso la foresta fino al paese di Igls, con possibilità di una gradevole deviazione fino al lago Lanser See.

 Escursioni e passeggiate

**Sentiero Tantegertweg**

⌚ 20 min. ↔ 954 m ↘ dislivello 71 m

Questo agevole sentiero nel bosco porta direttamente alla successiva fermata del tram del bosco – la torbiera boscosa di Tantegert. Qui è tra l'altro disponibile anche un parco giochi.

 Corsa

**Percorso di fitness "Amraser Forstmeile"**

↔ 1,2 km ↘ dislivello 50 m

Il variegato percorso di fitness "Fit 2000" lungo il tracciato "Amraser Forstmeile" non è pensato solo per il running. Le 40 stazioni del percorso spaziano dallo stretching leggero alle trazioni alla sbarra, e abbinata al tracciato da corsa di 1 km offrono tutto ciò che serve per un allenamento a tutto tondo.

**Percorso parco Tummelplatz – torbiera boscosa di Tantegert**

↔ 4 km ↘ dislivello 300 m

Tracciato da trail running medio-difficile a sud della città, con affascinanti vedute di Innsbruck e suggestivo panorama a 180° sulla catena montuosa Nordkette.

 Gastronomia

Gli orari di apertura aggiornati sono disponibili in internet.

**Trattoria Bierwirt**

⌚ 17 min. ↔ 1,2 km ↘ dislivello 106 m (in discesa)

Una tipica osteria di paese in città! Questo esercizio, di proprietà della famiglia Happ da oltre 300 anni, propone una gustosa cucina tradizionale, immancabilmente apprezzata nel tempo.

 Da vedere

**Castello di Ambras**

⌚ 10 min. ↔ 500 m ↘ dislivello 8 m (in discesa)

Il castello di Ambras è una delle attrazioni turistiche più significative di Innsbruck. Questo suggestivo castello rinascimentale custodisce diverse interessanti mostre ed è circondato da un parco pittoresco.

**Cimitero del parco commemorativo Tummelplatz**

⌚ 5 min. ↔ 250 m ↘ dislivello 5 m

Dal 1797 al 1806 in questo cimitero storico sono stati sepolti oltre 900 soldati del regno degli Asburgo. Il cimitero militare è sito commemorativo regionale.



Ⓜ Fermata Schönruh

## A Schönruh, nel cuore del bosco

Questa fermata nel bosco è un'ulteriore punto di partenza per raggiungere a piedi il castello di Ambras percorrendo uno stretto, agevole sentiero. Inoltre, da qui, gli amanti del running possono accedere a svariati tracciati molto amati.

Possibili attività:

 Corsa

**Tracciato Tantegert Run**

↔ 4,5 km ↘ dislivello 150 m

La corsa nel bosco per eccellenza, alla periferia meridionale della città di Innsbruck.

**Percorso Parco Tummelplatz – torbiera boscosa di Tantegert**

↔ 4 km ↘ dislivello 300 m

Tracciato da trail running medio-difficile a sud della città, con affascinanti vedute di Innsbruck e suggestivo panorama a 180° sulla catena montuosa Nordkette.

 Da vedere

**Castello di Ambras**

🕒 15 min. ↔ 500 m ↘ dislivello 11 m (in discesa)

Il castello di Ambras è una delle attrazioni turistiche più significative di Innsbruck. Questo suggestivo castello rinascimentale custodisce diverse interessanti mostre ed è circondato da un parco pittoresco.




Ⓜ Fermata Tantegert

## Gioco, divertimento e misticismo a Tantegert

Presso la fermata di Tantegert si apre un piccolo mondo a sé stante. Il parco giochi nel bosco invita le famiglie a scatenarsi e rilassarsi, mentre il cerchio celtico di alberi, composto dai 21 alberi propri dell'oroscopo di questi popoli, è un luogo particolarmente suggestivo dal carattere mistico. A tutto questo si aggiunge poi il percorso escursionistico circolare che attraversa la particolarissima torbiera boscosa di Tantegert, un vero e proprio gioiello naturale autoctono.

Possibili attività:

 Escursioni e passeggiate

**Bretterkeller – Wilten**

⌚ 25 min. ↔ 1,5 km ↘ dislivello 19 m (in discesa)

Il sentiero porta alla trattoria Bretterkeller con le sue tipiche specialità tirolesi. Da lì è poi possibile proseguire per il quartiere di Wilten.

**Aldrans – Lans**

⌚ 01:00 h ↔ 3,2 km ↘ dislivello 172 m

Questa escursione attraversa il paese di Aldrans per poi raggiungere la località di Lans. Entrambi i paesi offrono svariate possibilità di ristoro.

**Vill – Igls**

⌚ 01:05 h ↔ 3,2 km ↘ dislivello 182 m

Una volta attraversato l'insediamento di Vill, questa escursione prosegue poi fino a Igls. Seguendo le indicazioni "Lanser Kopf" oppure "Lanser See" è possibile fare una piacevole deviazione fino al lago Lanser See.

**Igls – Castello di Ambras – Innsbruck**

⌚ 01:30 h ↔ 3,5 km ↘ dislivello 300 m

Questo tracciato escursionistico supera un dislivello complessivo di 300 metri, e sale dalla città fino a Igls – oppure scende se percorso in senso inverso. È possibile immergersi su questo tracciato da quasi tutte le fermate del tram del bosco.

**Aldrans – parco Tummelplatz – Innsbruck**

⌚ 01:30 h ↔ 2,5 km ↘ dislivello 200 m (in discesa)

Questo sentiero escursionistico porta dalla torbiera boscosa di Tantegert al paesino di Aldrans, per poi scendere fino a Innsbruck. Aldrans offre possibilità di ristoro.

 Corsa

**Tracciato Tantegert Run**

↔ 4,5 km ↘ dislivello 150 m

La corsa nel bosco per eccellenza, alla periferia meridionale della città di Innsbruck.

**Percorso parco Tummelplatz – torbiera boscosa di Tantegert**

↔ 4 km ↘ dislivello 300 m

Tracciato da trail running medio-difficile a sud della città, con affascinanti vedute di Innsbruck e suggestivo panorama a 180° sulla catena montuosa Nordkette.

**Tracciato Lanser Kopf Lauf**

↔ 8,2 km ↘ dislivello 202 m

Un singletrail particolarmente amato attraverso un bosco ombroso. Il percorso tocca i colli Viller Kopf e Lanser Kopf, e raggiunge infine il lago Lanser See.

**Anello Trail-Runde**

↔ 1,1 km ↘ dislivello 58 m

Un breve tracciato circolare lungo bellissimi sentieri boschivi a conclusione del percorso di fitness "Forstmeile". È possibile abbinare la corsa al tracciato di fitness.

**Anello della palude Moorrunde**

↔ 576 m ↘ dislivello 3 m

Un breve tracciato circolare pianeggiante attorno alla palude a conclusione del percorso di fitness "Forstmeile", al quale questo anello viene spesso abbinato.

**Nordic Walking Tantegert**

↔ 1,1 km ↘ dislivello 41 m

Breve percorso circolare lungo un bel sentiero nel bosco a conclusione del percorso di fitness "Forstmeile".

**Nordic Walking anello della palude Moorrunde**

↔ 0,6 km ↘ dislivello 8 m

Dal punto di partenza, questo breve tracciato conduce, in senso orario, lungo piacevoli sentieri boschivi fino alla fermata Tantegert, presso la vicina torbiera.

 Gastronomia

Gli orari di apertura aggiornati sono disponibili in internet.

**Bretterkeller**

⌚ 25 min. ↔ 1,5 km ↘ dislivello 122 m (in discesa)

Cucina casalinga regionale con ingredienti locali, spesso anche da coltivazione biologica, il tutto servito in una delle trattorie più tipiche della zona.

 Da vedere

**Parco giochi nel bosco di Tantegert**

⌚ 3 min. ↔ 100 m ↘ dislivello 0 m

Un'avvincente e avventuroso parco dedicato ai bambini, attrezzato con vari giochi e vicino alla suggestiva torbiera.

**Cerchio celtico di alberi**

⌚ 2 min. ↔ 150 m ↘ dislivello 5 m

Il cerchio celtico di alberi comprende i 21 alberi della vita propri del tradizionale oroscopo di questi popoli. Nelle vicinanze si trova anche il sito archeologico "Schalenstein".

**Sentiero della palude Moorweg**

⌚ 5 min. ↔ 750 m ↘ dislivello 2 m

Un brevissimo percorso circolare che percorre il perimetro della torbiera boscosa. Nel complesso, l'area della torbiera di Tantegert misura circa 1,5 ettari.



Ⓜ Fermata Aldrans

## Panorama da sogno ad Aldrans

Da questa fermata si raggiunge Aldrans, accogliente località di media montagna con una strabiliante vista panoramica sulla Nordkette e sulla valle dell'Inn. Da qui si dipartono inoltre tutta una serie di percorsi escursionistici che attraversano il bosco e i prati circostanti, conducendo a diverse destinazioni e toccando svariate possibilità di ristoro.

Possibili attività:

Escursioni e passeggiate

**Aldrans – parco Tummelplatz – Innsbruck**  
⌚ 01:00 h ↔ 3,6 km ↘ dislivello 212 m (in discesa)

A 100 metri dalla fermata inizia questo bel percorso escursionistico in lieve discesa che riporta a Innsbruck. Il tracciato passa accanto alla fermata Tantegetert e conduce poi fino in città.

**Lanser Kopf Loop**  
⌚ 03:00 h ↔ 10,7 km ↘ dislivello 150 m

Un'escursione circolare variegata e impegnativa attraverso campi, prati e boschi. A seconda della direzione di marcia e della fermata del tram, il percorso tocca il lago Mühlsee, il campo da golf di Lans, il colle Lanser Kopf e la palude Viller Moor, per poi raggiungere la vecchia stazione a valle dell'impianto di risalita Patscherkofelbahn a Igls.

Escursioni e passeggiate

**Igls – castello di Ambras – Innsbruck**  
⌚ 01:30 h ↔ 3,5 km ↘ dislivello 300 m (in discesa)

Questo tracciato escursionistico supera un dislivello complessivo di 300 metri, e sale dalla città fino a Igls – oppure scende se percorso in senso inverso. È possibile immettersi su questo tracciato da quasi tutte le fermate del tram del bosco.

Corsa

**Lanser Kopf Loop**  
↔ 8,2 km ↘ dislivello 202 m

Un single trail attraverso un bosco ombroso che tocca il Viller Kopf, il Lanser Kopf e il lago Lanser See. Da Igls si diparte una tratta di riscaldamento e di defaticamento che conduce al percorso circolare vero e proprio.

Ciclismo

**Pista ciclabile Vital**  
↔ 22,5 km ↘ dislivello 658 m

La fermata di Aldrans è il punto di accesso ottimale alla pista ciclabile Vital, che conduce attraverso la media montagna lungo piste asfaltate e sentieri boschivi con fondo in ghiaia. È possibile passare accanto al lago Lanser See e raggiungere Igls, oppure passare per le località di Lans e Aldrans, per proseguire poi verso i masi di Wiesenhöfe e il paese di Rinn. Il percorso circolare tocca poi il comune di Sistrans e si ricongiunge a Igls.

Equitazione

**Centro ippico di Aldrans**  
⌚ 40 min. ↔ 1,5 km ↘ dislivello 28 m (in discesa)

Sito poco sotto il centro del paese di Aldrans, il centro ippico Pferdesportzentrum Aldrans è uno degli impianti di equitazione più moderni dell'Austria occidentale.

Gastronomia

Gli orari di apertura aggiornati sono disponibili in internet.

**Pizzeria Giardino Aldrans**  
⌚ 30 min. ↔ 1,1 km ↘ dislivello 28 m (in discesa)

Pizza cotta nel forno a vista, confortevole cortile all'aperto per gli ospiti in estate e trasmissione live di eventi sportivi: ecco l'allettante offerta di questa accogliente pizzeria nel centro del paese.

**Vogelhütte**  
⌚ 15 min. ↔ 415 m ↘ dislivello 34 m

Il rifugio-trattoria Vogelhütte, dotato di un accogliente giardino per gli ospiti e di un parco giochi per bambini, propone cucina casalinga, invitanti taglieri di affettati e cibi freddi, caffè e torte fatte in casa.





Ⓜ Fermata Mühlsee

## Dal lago Mühlsee al lago Lanser See

La fermata Mühlsee è un ottimo punto di partenza per un'escursione verso il lago Lanser See. Da qui si dipartono numerosi percorsi escursionistici e tracciati da running. Inoltre, nel periodo estivo, è possibile abbinare il tutto ad un rinfrescante bagno nel lago Lanser See.

### Possibili attività:

#### Escursioni e passeggiate

##### Igls – castello di Ambras – Innsbruck

⌚ 01:30 h ↔ 3,5 km ↘ dislivello 300 m (in discesa)

Questo tracciato escursionistico supera un dislivello complessivo di 300 metri, e sale dalla città fino a Igls – oppure scende se percorso in senso inverso. È possibile immettersi su questo tracciato da quasi tutte le fermate del tram del bosco.

##### Anello Mose Runde

⌚ 01:30 h ↔ 4,9 km ↘ dislivello 47 m

Questo soleggiato percorso circolare si snoda lungo singletrail, tratti asfaltati, sentieri di ghiaia e viottoli nel bosco. Il tracciato gira attorno al campo da golf di Lans, raggiunge il suggestivo laghetto Seerosenweiher e tocca infine il lago Lanser See. Possibilità di scorciatoia presso il laghetto Seerosenweiher.

#### Escursioni e passeggiate

##### Lanser Kopf Loop

⌚ 03:00 h ↔ 10,7 km ↘ dislivello 150 m

Un'escursione circolare variegata e impegnativa attraverso campi, prati e boschi. A seconda della direzione di marcia e della fermata del tram, il percorso tocca il lago Mühlsee, il campo da golf di Lans, il colle Lanser Kopf e la palude Viller Moor, per poi raggiungere la vecchia stazione a valle dell'impianto di risalita Patscherkofelbahn a Igls.

##### Escursione invernale del campo da golf di Lans

⌚ 40 min. ↔ 1,1 km ↘ dislivello 10 m

Questo agevole tracciato costeggia i binari del tram del bosco e raggiunge Igls, passando accanto al campo da golf e toccando il rifugio-trattoria Vogelhütte.

#### Corsa

##### Lanser Kopf Loop

↔ 8,2 km ↘ dislivello 202 m

Un single trail attraverso un bosco ombroso che tocca il Viller Kopf, il Lanser Kopf e il lago Lanser See. Da Igls si diparte una tratta di riscaldamento e di defaticamento che conduce al percorso circolare vero e proprio.

##### Anello Mose Runde

↔ 4,9 km ↘ dislivello 47 m

Questo soleggiato percorso circolare si snoda lungo singletrail, tratti asfaltati, sentieri di ghiaia e viottoli nel bosco. Il tracciato gira attorno al campo da golf di Lans, raggiunge il suggestivo laghetto Seerosenweiher e tocca infine il lago Lanser See. Possibilità di scorciatoia presso il laghetto Seerosenweiher.

#### Gastronomia

Gli orari di apertura aggiornati sono disponibili in internet.

##### Golfrestaurant Lans

⌚ 15 min. ↔ 670 m ↘ dislivello 23 m

Il ristorante presso il campo da golf di Lans offre una splendida vista sulla Nordkette e sui verdi campi da golf. Aperto sia ai golfisti che agli escursionisti, propone drink e ottime pietanze.

##### Vogelhütte

⌚ 20 min. ↔ 870 m ↘ dislivello 23 m

Il rifugio-trattoria Vogelhütte, dotato di un accogliente giardino per gli ospiti e di un parco giochi per bambini, propone cucina casalinga, invitanti taglieri di affettati e cibi freddi, caffè e torte fatte in casa.

Ⓜ Fermata Lans-Sistrans

## Lans e le sue trattorie

Dalla fermata di Lans-Sistrans è possibile raggiungere tutta una serie di eccellenti trattorie tirolesi nella località di Lans. E prima del meritato ristoro in un accogliente ristorante, vi è la possibilità di intraprendere svariate passeggiate ed escursioni nella zona del lago Lanser See e dei colli Lanser Kopf e Viller Kopf.

### Possibili attività:

#### Escursioni e passeggiate

##### **Palude Lanser Moor**

⌚ 20 min. ↔ 600 m ↘ dislivello 12 m  
Breve passeggiata fino alla palude Lanser Moor.

##### **Igls – castello di Ambras – Innsbruck**

⌚ 01:30 h ↔ 3,5 km ↘ dislivello 300 m (in discesa)  
Questo tracciato escursionistico supera un dislivello complessivo di 300 metri, e sale dalla città fino a Igls – oppure scende se percorso in senso inverso. È possibile immettersi su questo tracciato da quasi tutte le fermate del tram del bosco.

##### **Anello Mose Runde**

⌚ 01:30 h ↔ 4,9 km ↘ dislivello 46 m  
Questo soleggiato percorso circolare si snoda lungo singletrail, tratti asfaltati, sentieri di ghiaia e viottoli nel bosco. Il tracciato gira attorno al campo da golf di Lans, raggiunge il suggestivo laghetto Seerosenweiher e tocca infine il lago Lanser See. Possibilità di scorciatoia presso il laghetto Seerosenweiher.

##### **Lanser Kopf Loop**

⌚ 03:00 h ↔ 10,7 km ↘ dislivello 150 m  
Un'escursione circolare variegata e impegnativa attraverso campi, prati e boschi. A seconda della direzione di marcia e della fermata del tram, il percorso tocca il lago Mühlsee, il campo da golf di Lans, il colle Lanser Kopf e la palude Viller Moor, per poi raggiungere la vecchia stazione a valle dell'impianto di risalita Patscherkofelbahn a Igls.

##### **Escursione invernale del campo da golf di Lans**

⌚ 45 min. ↔ 1,5 km ↘ dislivello 10 m  
Questo agevole tracciato costeggia i binari del tram del bosco e raggiunge Igls, passando accanto al campo da golf e toccando il rifugio-trattoria Vogelhütte.

#### Corsa

##### **Anello Mose Runde**

↔ 4,9 km ↘ dislivello 47 m  
Questo soleggiato percorso circolare si snoda lungo singletrail, tratti asfaltati, sentieri di ghiaia e viottoli nel bosco. Il tracciato gira attorno al campo da golf di Lans, raggiunge il suggestivo laghetto Seerosenweiher e tocca infine il lago Lanser See. Possibilità di scorciatoia presso il laghetto Seerosenweiher.



## Lans e le sue trattorie

### Ciclismo

#### **Pista ciclabile Vital**

↔ 22,5 km 📏 dislivello 658 m

La fermata di Lans-Sistrans è il punto di accesso ottimale alla pista ciclabile Vital, che conduce attraverso la media montagna lungo piste asfaltate e sentieri boschivi con fondo in ghiaia. È possibile passare accanto al lago Lanser See e raggiungere Igls, oppure passare per le località di Lans e Aldrans, per proseguire poi verso i masi di Wiesenhöfe e il paese di Rinn. Il percorso circolare tocca poi il comune di Sistrans e si ricongiunge a Igls.

### Da vedere

#### **Parco nel bosco Waldpark Lans**

🕒 2 min. ↔ 200 m 📏 dislivello 0 m

Parco giochi per bambini con casetta sull'albero, vasca per la sabbia, altalene e scivolo, nonché impianto da ciclismo con pista pump track per bici da corsa e tracciato di uphill e downhill. In caso di tempesta, pioggia o temporale l'impianto resterà chiuso.

### Gastronomia

Gli orari di apertura aggiornati sono disponibili in internet.

#### **Golfrestaurant Lans**

🕒 8 min. ↔ 550 m 📏 dislivello 0 m

Il ristorante presso il campo da golf di Lans offre una splendida vista sulla Nordkette e sui verdi campi da golf. Aperto sia ai golfisti che agli escursionisti, propone drink e ottime pietanze.

#### **Vogelhütte**

🕒 10 min. ↔ 850 m 📏 dislivello 0 m

Il rifugio-trattoria Vogelhütte, dotato di un accogliente giardino per gli ospiti e di un parco giochi per bambini, propone cucina casalinga, invitanti taglieri di affettati e cibi freddi, caffè e torte fatte in casa.

#### **Gasthof Isserwirt**

🕒 14 min. ↔ 900 m 📏 dislivello 0 m

Questa trattoria ricca di tradizione propone ottime specialità regionali, nonché alcuni piatti di stampo internazionale. Il locale offre accoglienti sale nello stile delle tipiche Stuben e un idilliaco giardino per gli ospiti. La famiglia Raitmayr gestisce questa accogliente trattoria da ormai 15 generazioni.

#### **Der Walzl**

🕒 7 min. ↔ 500 m 📏 dislivello 0 m

Anche la trattoria Walzl propone pietanze tipiche tirolesi, preparate rigorosamente con prodotti regionali. Il locale è dotato di una stanza dei giochi e di un accogliente spazio all'aperto per gli ospiti corredato da parco giochi.

#### **Gasthaus zum Wilden Mann**

🕒 13 min. ↔ 850 m 📏 dislivello 0 m

La trattoria Zum Wilden Mann propone ormai da decenni un'eccellente cucina pluripremiata abbinata alla tradizionale cultura da osteria tirolese. Già nel medioevo questo luogo era un importante punto di sosta sulla via che conduceva verso sud.





Ⓜ Fermata Lanser See

## Lago Lanser See – il paradiso del tempo libero

Proprio nei pressi del tram linea 6 sorge un particolarissimo gioiello tirolese della natura: il lago Lanser See. Questo romantico lago balneabile, circondato da un meraviglioso scenario naturale, invita a intraprendere gite, a fare attività sportiva e a rilassarsi, allontanando i pensieri quotidiani. La temperatura dell'acqua che in estate può toccare i 25°C e la ricca e creativa proposta gastronomica di alto livello contribuiscono a creare un suggestivo fascino mediterraneo.

Possibili attività:

### Escursioni e passeggiate

**Igls – castello di Ambras – Innsbruck**

⌚ 01:30 h ↔ 3,5 km ↘ dislivello 300 m (in discesa)

Questo tracciato escursionistico supera un dislivello complessivo di 300 metri, e sale dalla città fino a Igls – oppure scende se percorso in senso inverso.

È possibile immergersi su questo tracciato da quasi tutte le fermate del tram del bosco.

**Anello Mose Runde**

⌚ 01:30 h ↔ 4,9 km ↘ dislivello 46 m

Questo soleggiato percorso circolare si snoda lungo singletrail, tratti asfaltati, sentieri di ghiaia e viottoli nel bosco. Il tracciato gira attorno al campo da golf di Lans, raggiunge il suggestivo laghetto Seerosenweiher e tocca infine il lago Lanser See. Possibilità di scorciatoia presso il laghetto Seerosenweiher.

**Lanser Kopf Loop**

⌚ 03:00 h ↔ 10,7 km ↘ dislivello 150 m

Un'escursione circolare variegata e impegnativa attraverso campi, prati e boschi. A seconda della direzione di marcia e della fermata del tram, il percorso tocca il lago Mühlsee, il campo da golf di Lans, il colle Lanser Kopf e la palude Viller Moor, per poi raggiungere la vecchia stazione a valle dell'impianto di risalita Patscherkofelbahn a Igls.

### Escursioni e passeggiate

**Escursione invernale del campo da golf di Lans**

⌚ 50 min. ↔ 1,8 km ↘ dislivello 10 m

Questo agevole tracciato costeggia i binari del tram del bosco e raggiunge Igls, passando accanto al campo da golf e toccando il rifugio-trattoria Vogelhütte.

### Corsa

**Anello Mose Runde**

↔ 4,9 km ↘ dislivello 47 m

Questo soleggiato percorso circolare si snoda lungo singletrail, tratti asfaltati, sentieri di ghiaia e viottoli nel bosco. Il tracciato gira attorno al campo da golf di Lans, raggiunge il suggestivo laghetto Seerosenweiher e tocca infine il lago Lanser See. Possibilità di scorciatoia presso il laghetto Seerosenweiher.

**Lanser Kopf Loop**

↔ 8,2 km ↘ dislivello 202 m

Un single trail attraverso un bosco ombroso che tocca il Viller Kopf, il Lanser Kopf e il lago Lanser See. Da Igls si diparte una tratta di riscaldamento e di defaticamento che conduce al percorso circolare vero e proprio.

### Nuoto e sole

**Lago Lansersee**

⌚ 6 min. ↔ 450 m ↘ dislivello 11 m

Un breve sentiero pedonale conduce a questo romantico lago balneabile con ingresso a pagamento, corredato una ricca proposta gastronomica e da una propria area bambini con parco giochi dedicato.

### Arrampicata

**Colle Viller Kopf**

⌚ 20 min. ↔ 937 m ↘ dislivello 81 m

Palestra di arrampicata sportiva outdoor sul colle Viller Kopf: ideale per i principianti e alternativa ideale per le giornate estive più calde.

### Ciclismo

**Pista ciclabile Vital**

↔ 22,5 km ↘ dislivello 658 m

La fermata di Lanser See è il punto di accesso ottimale alla pista ciclabile Vital, che conduce attraverso la media montagna lungo piste asfaltate e sentieri boschivi con fondo in ghiaia. È possibile passare accanto al lago Lanser See e raggiungere Igls, oppure passare per le località di Lans e Aldrans, per proseguire poi verso i masi di Wiesenhöfe e il paese di Rinn. Il percorso circolare tocca poi il comune di Sistrans e si ricongiunge a Igls.

### Gastronomia

Gli orari di apertura aggiornati sono disponibili in internet.

**Koi Bar**

⌚ 6 min. ↔ 450 m ↘ dislivello 11 m

Il ristorante fusion giapponese presso il lago Lanser See. Nei mesi estivi il buffet propone cucina tirolese e austriaca, mentre la bellissima terrazza soleggiata invita a godersi qualche momento di relax. Le verdure servite vengono coltivate in proprio in un campo nelle immediate vicinanze del lago.



Ⓜ Fermata Igls Bahnhof

## Stazione di Igls: arrivati al capolinea

L'ultima fermata del tram del bosco si trova nella bellissima località di Igls, che oltre a svariate possibilità per escursioni e passeggiate offre anche un vivace centro del paese, dotato di hotel, negozi e allettanti proposte gastronomiche. Il quartiere ai piedi del monte Patscherkofel è stato una delle sedi centrali nell'ambito delle Olimpiadi di Innsbruck – e Igls non ha mai perso il suo particolarissimo fascino olimpico.

Possibili attività:

### Escursioni e passeggiate

#### **Igls – castello di Ambras – Innsbruck**

⌚ 01:30 h ↔ 3,5 km ↘ dislivello 300 m (in discesa)

Questo tracciato escursionistico supera un dislivello complessivo di 300 metri, e sale dalla città fino a Igls – oppure scende se percorso in senso inverso. È possibile immettersi su questo tracciato da quasi tutte le fermate del tram del bosco.

#### **Lanser Kopf Loop**

⌚ 03:00 h ↔ 10,7 km ↘ dislivello 150 m

Un'escursione circolare variegata e impegnativa attraverso campi, prati e boschi. A seconda della direzione di marcia e della fermata del tram, il percorso tocca il lago Mühlsee, il campo da golf di Lans, il colle Lanser Kopf e la palude Viller Moor, per poi raggiungere la vecchia stazione a valle dell'impianto di risalita Patscherkofelbahn a Igls.

### Escursioni e passeggiate

#### **Anello Turmbichl-Runde**

⌚ 01:15 h ↔ 4,8 km ↘ dislivello 70 m

Un circuito soleggiato che percorre gli splendidi prati di Igls e costeggia il centro del paese di Vill. Punto di partenza presso la vecchia stazione a valle dell'impianto del Patscherkofel. Partendo invece dal tram del bosco conviene accedere al tracciato presso l'impianto Kneipp di Igls.

#### **Santuario Heiligwasser**

⌚ 03:00 h ↔ 8,8 km ↘ dislivello 351 m

Una variopinta escursione per famiglie che porta al santuario dell'Acquasanta Heiligwasser, dove è disponibile anche un accogliente punto di ristoro. Il percorso offre splendide vedute della valle dell'Inn e una vista impagabile sull'imponente catena montuosa Nordkette.

#### **Parco Kurpark Igls**

⌚ 15 min. ↔ 1,3 km ↘ dislivello 49 m

Una passeggiata in leggera salita per raggiungere il tranquillo parco Kurpark, con i suoi ombrosi abeti rossi, un parco giochi e il moderno centro congressi congresspark igls.

#### **Sentiero didattico archeologico Goldbichl**

⌚ 30 min. ↔ 1,9 km ↘ dislivello 140 m

Scoprite tutto sulla forza mistica del luogo di culto preistorico antico di 4.000 anni presso l'odierno sito di Goldbichl a Igls.

#### **Sentiero circolare Gletscherblick**

⌚ 02:15 h ↔ 9,1 km ↘ dislivello 198 m

Il punto migliore per immettersi in questo tracciato circolare è presso l'impianto Kneipp di Igls. Il sentiero attraversa il parco Kurpark e prosegue quindi nel bosco, salendo in direzione sud-ovest e offrendo straordinarie vedute del ghiacciaio dello Stubai.

#### **Sentiero escursionistico invernale Ullwald**

⌚ 01:00 h ↔ 2,1 km ↘ dislivello 35 m

L'accesso a questa escursione circolare si trova sulla destra dell'impianto Kneipp di Igls. Il percorso conduce attraverso il suggestivo bosco Ullwald, inconfondibile per il suo carattere al contempo romantico e selvaggio.

#### **Percorso circolare Rosengarten**

⌚ 02:15 h ↔ 9,1 km ↘ dislivello 198 m

Presso l'impianto Kneipp sito nel centro del paese si trova il punto d'accesso anche a questo percorso circolare, che conduce attraverso la riserva naturale protetta di Rosengarten fino ai campi al di sotto di Goldbichl, per poi fare ritorno al punto di partenza.

#### **Escursione invernale del campo da golf di Lans**

⌚ 01:00 h ↔ 2,5 km ↘ dislivello 10 m

Questo agevole tracciato costeggia i binari del tram del bosco e raggiunge Igls, passando accanto al campo da golf e toccando il rifugio-trattoria Vogelhütte.



## Corsa

### Lanser Kopf Loop

↔ 8,2 km 🏔️ dislivello 202 m

Un single trail attraverso un bosco ombroso che tocca il Viller Kopf, il Lanser Kopf e il lago Lanser See. Da Igls si diparte una tratta di riscaldamento e di defaticamento che conduce al percorso circolare vero e proprio.

### Anello Turmbichl-Runde

↔ 4,8 km 🏔️ dislivello 61 m

Soleggiato percorso circolare per principianti che attraversa i bellissimi prati di Igls e costeggia il centro del paese di Vill. Punto di partenza presso la vecchia stazione a valle dell'impianto del Patscherkofel. Partendo invece dal tram del bosco conviene accedere al tracciato presso l'impianto Kneipp di Igls.

### Anello Ullwald-Runde

↔ 6,6 km 🏔️ dislivello 109 m

Il perfetto circuito da allenamento per rilassarsi dopo il lavoro! Una gradevole corsa su morbido fondo boschivo e bellissimi tracciati che attraversano il suggestivo bosco Ullwald. Per raggiungere il punto di partenza recarsi nel centro del paese e quindi salire fino alla fermata del bus della linea J denominata "Igls Alte Talstation". Da lì dirigersi in direzione ovest verso il parco Kurpark percorrendo una strada forestale e quindi proseguire.



## Ciclismo

### Pista ciclabile Vital

↔ 22,5 km 🏔️ dislivello 658 m

Dalla stazione di Igls è possibile immettersi nella pista ciclabile Vital procedendo verso est e seguendo i binari. Il percorso conduce attraverso la media montagna lungo piste asfaltate e sentieri boschivi con fondo in ghiaia. È possibile passare accanto al lago Lanser See, proseguire per le località di Lans e Aldrans, quindi raggiungere i masi di Wiesenhöfe e il paese di Rinn. Il percorso circolare tocca poi il comune di Sistrans e fa ritorno a Igls.



## Da vedere

### Canale di ghiaccio – Pista olimpica di Igls

🕒 35 min. ↔ 3,9 km 🏔️ dislivello 120 m

È possibile accorciare il tempo di percorrenza raggiungendo la fermata dell'autobus denominata Romedihof (a 500 metri), e quindi prendendo la linea J per arrivare direttamente all'impianto Patscherkofelbahn. Da lì la pista olimpica su ghiaccio per bob e slittino si raggiunge in pochi minuti. In estate è possibile sperimentare emozionanti discese con il bob da corsa o con il bob per gli ospiti.

### Stazione a valle dell'impianto di risalita Patscherkofelbahn

🕒 35 min. ↔ 3,9 km 🏔️ dislivello 120 m

È possibile accorciare il tempo di percorrenza raggiungendo la fermata dell'autobus denominata Romedihof (a 500 metri), e quindi prendendo la linea J per arrivare direttamente all'impianto Patscherkofelbahn. Con l'impianto è possibile salire a circa 2.000 metri di quota per raggiungere la montagna di Innsbruck ormai considerata simbolo di vitalità e di divertimento: oltre alla leggendaria discesa olimpica sugli sci, il Patscherkofel offre anche numerose possibilità per appassionanti escursioni.

### Impianto Kneipp di Igls

🕒 3 min. ↔ 300 m 🏔️ dislivello 0 m

Dopo una lunga escursione, l'impianto Kneipp al centro del paese è l'ideale per rigenerarsi camminando nell'acqua.



## Gastronomia

Gli orari di apertura aggiornati sono disponibili in internet.

### Ägidihof, Igls

🕒 7 min. ↔ 450 m 🏔️ dislivello 0 m

Questa trattoria in stile campagnolo ricca di cultura offre una deliziosa cucina casalinga. Il locale è dotato di caratteristiche Stuben, un bar, una terrazza e un giardino per gli ospiti piacevolmente ombreggiato.

### Sporthotel Igls

🕒 7 min. ↔ 450 m 🏔️ dislivello 0 m

Lo Sporthotel di Igls, realizzato nel 1889 nel più puro stile tirolese, punta sull'immane ospitalità tipica del Tirolo e su una gustosa cucina imperniata su freschissimi prodotti locali.

### Café Platzl, Igls

🕒 7 min. ↔ 450 m 🏔️ dislivello 0 m

Caffetteria bistrò dall'arredamento moderno dotata di un'accogliente terrazza soleggiata. Propone torte, cocktail e vari snack.

### Pizzeria Venezia

🕒 7 min. ↔ 450 m 🏔️ dislivello 0 m

Vastissima scelta di ottime pizze e di classici piatti italiani.

### Alpengasthaus Heilig Wasser

🕒 02:15 h ↔ 8,8 km 🏔️ dislivello 351 m

A 1240 metri sul livello del mare, nella parte più bassa del monte Patscherkofel, questa tradizionale trattoria tirolese sorge proprio accanto al santuario dell'Acquasanta. Gode di una meravigliosa vista a tutto tondo sulla valle dell'Inn e sul paesaggio montano circostante.

Suggerimento: dalla fermata di Igls, se si desidera abbreviare il percorso è possibile procedere a piedi verso il centro del paese / fermata Romedihof, quindi prendere il bus della linea J fino al capolinea del Patscherkofel.



# Più info

## Orario delle partenze

Su dispositivi mobili e in tempo reale tramite la App IVB-Scout



## Biglietti

Disponibili tramite la Ticket-App, i distributori automatici presso le fermate e il centro assistenza clienti dell'azienda di trasporti pubblici IVB:  
via Stainerstraße 2, 6020 Innsbruck  
lunedì – venerdì, ore 07:30 – 18:00  
tel.: + 43 512 53 07-500



La linea 6 è parte della zona centrale di Innsbruck.

## Ufficio Informazioni Turistiche di Igls

Hilberstrasse 15, 6080 Igls  
tel.: +43 512/53566080, [igls@innsbruck.info](mailto:igls@innsbruck.info)

## Innsbruck Information

Burggraben 3, 6020 Innsbruck  
tel.: +43 512 / 53 56  
[office@innsbruck.info](mailto:office@innsbruck.info), [www.innsbruck.info](http://www.innsbruck.info)  
#myinnsbruck, @innsbrucktourism



Fotografie: IVB: Gerhard Berger, Michael Rathmayr, Innsbruck Tourismus: Markus Mair, Andre Schönherr, Christian Vorhofer, Mario Webhofer, Innsbruck Marketing: Gerhard Berger, Manuel Wanker  
Informazioni senza garanzia. Salvo modifiche.

## Innsbrucker Verkehrsbetriebe und Stubaitalbahnen GmbH

Pastorstraße 5, 6010 Innsbruck, Austria  
T +43 512 53 07-0  
F +43 512 53 07-110  
[office@ivb.at](mailto:office@ivb.at), [www.ivb.at](http://www.ivb.at)



**INNS'  
BRUCK**