

Jetset Journals

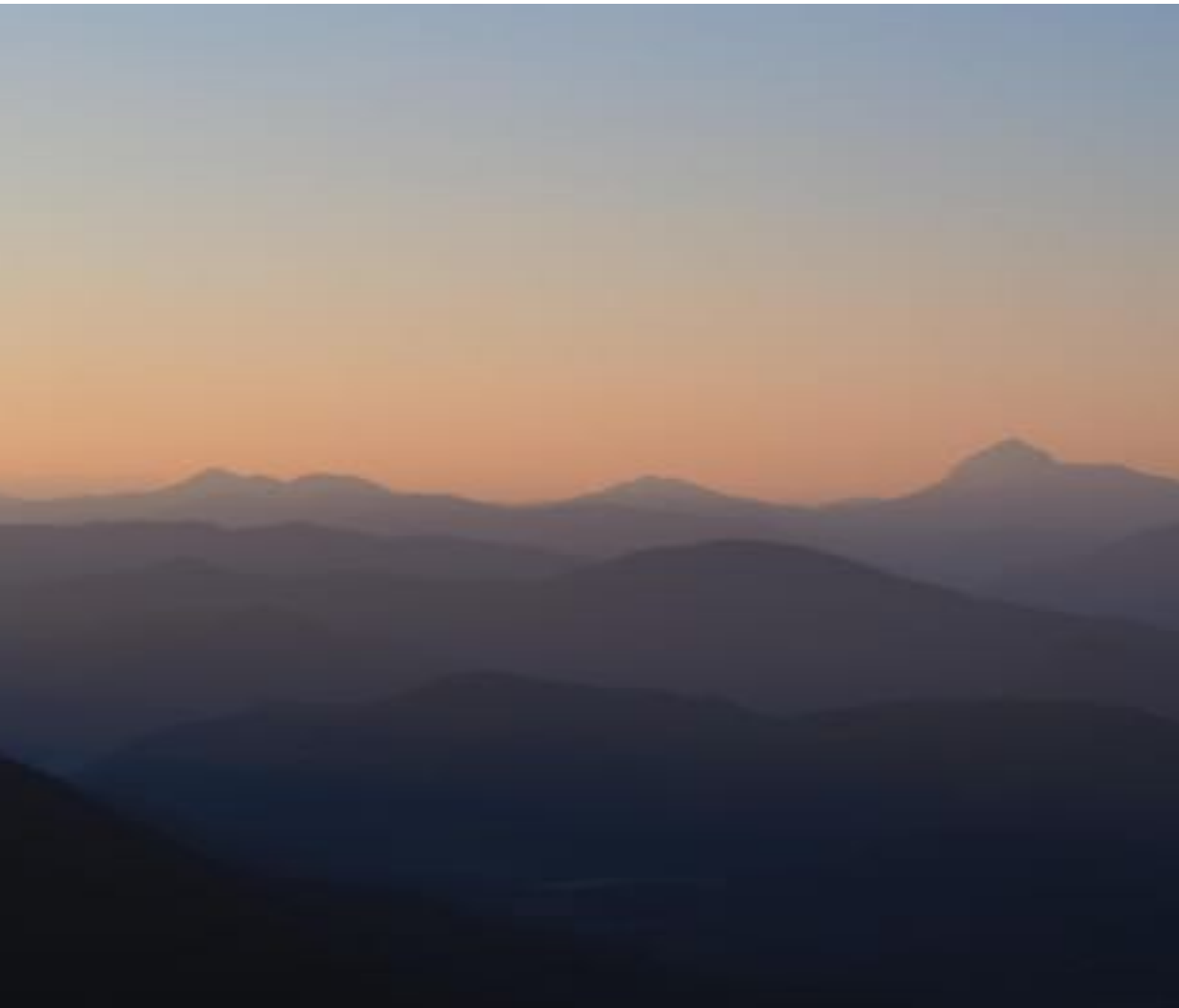
no.1

2026

# DOLOMITEN

7 Tage

Kurztrip



a travel guide

# SUMMARY

## 01.

### INTRO

Alles, was du vor deinem Trip in die italienischen Dolomiten wissen solltest!

**p.3**

## 03.

### DAY-TO-DAY

Eine mögliche Tagesplanung für einen 7-Tages Trip in die Region in Norditalien.

**p.7**



## 02.

### HIGHLIGHTS

Meine Top 10 Must-see Orte um die Dolomiten inkl. Tipps und Tricks!

**p.4**

## 04.

### WHERE TO EAT

Die besten Restaurants und Cafes der Region, die du definitiv nicht verpassen solltest.

**p.8**



## 05.

### WHERE TO SLEEP

Meine Empfehlungen für Unterkünfte, um den Kurztrip bestmöglich zu genießen.

**p.9**





# INTRO

Die Dolomiten – die Bergregion im Norden Italiens, bekannt für ihre atemberaubenden Bergmassive und türkisen Seen – sind ein ideales Ziel für einen Kurztrip.

Eine Woche bietet genügend Zeit, um die wichtigsten Highlights der Region zu erleben und eine Rundreise durch Südtirol und die Dolomiten zu unternehmen.

Von fernen Ländern fliegt man am besten nach Mailand, Verona oder Innsbruck, aber auch Bozen bietet einen kleineren Flughafen. Für eine Reise in die Region nimmt man am besten einen Mietwagen, auch wenn das Busnetz sehr gut ausgebaut ist.

Die Dolomiten erstrecken sich zu einem großen Teil auch über Südtirol, wodurch man auf dem Trip sportliche Aktivitäten auch gut mit Entspannung und Genuss verbinden kann.

Besonders beliebt ist ein Besuch der Region im Frühling/Frühsummer und im Spätsommer/Herbst.

Im Hochsummer kann es schon auch mal sehr heiß werden.

Neben meinen absoluten Top-Highlights, stelle ich hier einen Tagesplan vor, der möglichst viele dieser Highlights beinhaltet, die besten Restaurants & Cafés der einzelnen Regionen und die besten Unterkünfte dort.

# HIGHLIGHTS



**01.**

## Seiser Alm

Die Seiser Alm (Alpe di Siusi) ist die größte Hochalm Europas und liegt ca. 20km nordöstlich von Bozen bei Seis am Schlern.

Hoch gelangt man entweder mit der Seilbahn, oder mit dem PKW, das allerdings nur vor 9 Uhr oder nach 17 Uhr und neuerdings auch nur, wenn man vorab einen Parkplatz reserviert hat. Tickets gibt es auf [www.seiseralm.it](http://www.seiseralm.it).

Den besten Aussichtspunkt findest du unter diesem Link:



**02.**

## Karersee

Der Karersee ist sicherlich einer der spektakulärsten Orte in ganz Südtirol.

Hier findet man einen wunderschönen türkisenen See, in dem sich die dahinter liegende Bergkette des Rosengartens spiegelt. Derzeit gibt es noch keine Besucherbeschränkung und bei dem Parkplatz am See herrscht das first come first serve Prinzip. Von hier kann man wenige Meter zum See spazieren.



**03.**

## Cadini di Misurina

Die Bergformation Cadini di Misurina ist auch eines der absoluten Highlights und einer der spektakulärsten Ausblicke.

Den Aussichtspunkt erreicht man schon nach einem kurzen 20-minütigen Spaziergang vom Rifugio Auronzo. Dorthin gelangt man vom Tal entweder nach 2 stündiger Wanderung, mit dem Bus oder mit dem PKW. Auch hier muss man neuerdings vorab online einen Parkplatz buchen.





## 04.

### Drei Zinnen

Auch die Drei Zinnen sind ein beliebtes Fotomotiv. Der Rundweg um die Bergformation startet ebenfalls am Rifugio Auronzo. Auch hier muss man für 40€ einen Parkplatz online reservieren.



## 05.

### Passo di Giau

Auch die Bergpässe in den Dolomiten sind spektakulär – allen voran der Passo di Giau auf über 2200m in den Ampezzaner Dolomiten. Hier sieht man Fahrradfahrer, Wanderer und Motorrad-Touren vor toller Kulisse.



## 06.

### Pragser Wildsee

Der Pragser Wildsee (Lago di Braies) gehört ebenfalls zu den Seen der Region, die man definitiv besuchen sollte und auch hier ist der Besucherandrang so hoch, dass man im Sommer mittlerweile nur mit Parkplatzreservierung mit dem PKW zwischen 9 und 16 Uhr anreisen darf.



## 07.

### Santa Maddalena

Santa Maddalena ist ein kleines Weindorf, eine gute Stunde nördlich von Bozen im Villnößtal gelegen. Hier gibt es einen schönen Ausblick auf die Dorfkirche und die dahinter liegende Geislergruppe. Auch hierhin kommt man als Tourist nur nach einem Spaziergang vom Dorf.





## 08. Sorapissee

Auch der Sorapissee ist ein einmaliger Anblick. Die milchig-blaue Farbe des Sees entsteht durch das Schmelzwasser der Gletscher. Hier gibt es noch keine richtige Anfahrtsbeschränkung, aber man sollte möglichst früh kommen, um einen Parkplatz zu bekommen. Von dort ist es eine 2 stündige Wanderung bis hoch zum See.



## 09. Rifugio al Sasso Nero

Einmal auf einer der großartigen Hütten zu übernachten und den Sonnenunter- und -aufgang oben in den Bergen zu erleben, ist ebenfalls ein Highlight, bspw. beim Rifugio al Sasso Nero.



## 10. Seceda

Die Bergformation Seceda sieht ebenfalls spektakulär aus und erscheint fast unwirklich – als wäre hier ein Riss in der Erdkugel. Hier gelangt man entweder nach ca. 2 stündiger Wanderung oder mit der Seilbahn. Für die Seilbahn ist als Tourist neuerdings allerdings auch eine Vorab-Reservierung eines Zeitslots zu empfehlen, da es nur begrenzte Tickets an der Tageskasse gibt.





# DAY TO DAY

**Tag 1** – Die Tagesplanung hängt natürlich maßgeblich davon ab, wo man seine Unterkunft findet, da die Wege dann je nach Ausgangsort unterschiedlich weit sind.

Von Norden kommend, lohnt es sich, eine Unterkunft im Pustertal zu suchen und dort kann man am ersten Tag seines Trips nach der Ankunft noch den Pragser Wildsee besuchen und abends dann entspannt in einem Restaurant einkehren.

**Tag 2** – Am nächsten Tag kann man dann frühzeitig aufbrechen und zum Rifugio Auronzo fahren. Hier oben kann man dann den kleinen Spaziergang zu den Cadini di Misurina mit dem Drei

Zinnen Rundweg verbinden.

**Tag 3** – Am nächsten Tag fährt man dann weiter und macht die Wanderung zum Sorapissee. Von hier ist es dann nicht weit nach Cortina d'Ampezzo, wo man die nächste Nacht verbringen kann.

**Tag 4** – Von hier geht es anschließend weiter mit Stopps beim Passo di Giau und einer kleinen Wanderung nachmittags bei Seceda in Richtung Seis am Schlern.

**Tag 5** – Wenn man hier in Seis morgens aufwacht, kann man die Seiser Alm zum Sonnenaufgang besuchen und gegen

Nachmittag weiter Richtung Bozen fahren.

**Tag 6** – Hier in Bozen ist dann auch etwas Zeit für etwas Entspannung und man kann noch einen kleinen Ausflug zum Karersee machen.

**Tag 7** – Der nächste Tag ist dann der Abfahrtstag und mit einem kleinen Stopp in Santa Maddalena geht es in Richtung Flughafen oder nach Hause.

**Abwandlung** – Natürlich kann man den Plan abwandeln und entweder mehr Zeit für Entspannung einplanen, oder eine Nacht auf einer Hütte mit Wanderung.

# WHERE TO EAT

## Restaurants:

### ★ **Wirtshaus Vögele**

Typische südtiroler Speisen in Bozen  
*Via Johann Wolfgang von Goethe, 3, Bozen*

### ● **Cosmo**

Aperitif und leckere Speisen in Bruneck  
*Graben, 9, 39031 Brunico*

### ● **Pizzeria Hans**

Leckere Pizza in Toblach  
*Via Pusteria, 9, 39034 Dobbiaco BZ, Italien*



### ● **Baita Daniel Hütte**

Nette Hütte, leckeres Essen bei Seceda  
*Mastlestrasse, 54, 39047 Santa Cristina*

### ● **Rauchhütte**

Schöne Hütte auf der Seiser Alm  
*Via Saltria, 29, 39040 Castelrotto BZ, Italien*



## Cafés & Eis:

### ★ **Pasticceria Caffè Lintner**

Guter Kaffee & Süßgebäck in Bozen  
*Leonardo-Da-Vinci-Straße, 8, 39100 Bozen*

### ● **Mondschein Dessertbar**

Guter Kaffee & Croissants in Bruneck  
*Piazza Cappuccini 9D, Brunico*

### ● **Gelateria Portogallo**

Leckeres Eis im Zentrum von Bozen  
*Museumstraße, 26, 39100 Bolzano*

### ● **Innerhofer Eisdiele**

Leckere Eisdiele in Kaltern bei Bozen  
*Marktpl., 10, 39052 Kaltern, Bolzano*

### ● **Eisdiele Mozart**

Auch sehr leckeres Eis in Sankt Michael  
*Via Josef Innerhofer, 14, 39057 San Michele*

### ● **Eisdiele Marlu**

Leckeres Eis in Bruneck  
*Andreas-Hofer-Str., 15E, 39031 Bruneck*

# WHERE TO SLEEP

Wir haben bereits mehrere Trips nach Südtirol/in die Dolomiten unternommen und entsprechend an unterschiedlichen Orten übernachtet. Die folgenden Unterkünfte

können wir alle sehr empfehlen:

- **Sonus Alpis** - schönes Hotel mit Pool und toller Aussicht bei der Seiser Alm
- **AEON** - Adults Only Hotel in Oberbozen, schöner Pool und tolles Frühstück
  - **Hotel Kirchenwirt** - günstigere aber nette Alternative in Toblach
  - **Corso am Graben** - zentral in Bruneck mit Pizzeria nebenan.
- **Kaiserau Höfl** - sehr modernes großzügiges Apartment im Zentrum von Bozen

**Danke fürs Lesen und mehr Details findest du auf meiner Website oder Instagram & TikTok!**



jetset\_journalist

<https://www.jetset-journals.com/>

\*Affiliate Disclosure: I may earn a commission from purchases made through affiliate links on this page, at no extra cost to you.