

Cross-country skiing  
Langlauf

**VAL DI FASSA**  
Dolomites  
Val di Fassa. Dove sei di casa  
Where you feel at home  
Wo du zu Hause bist  
fassa.com

**ALCUNI CONSIGLI PER VIVERE AL MEGLIO LA TUA ESPERIENZA DI SCI DI FONDO**  
SOME TIPS TO MAKE THE MOST OF YOUR CROSS-COUNTRY SKIING EXPERIENCE  
EINIGE TIPS, UM DAS BESTE AUS IHREM LANGLAUFLERBNIS ZU MACHEN

- 1 Pianifica il tuo giro ed attrezzati in modo adeguato, tenendo conto delle sue caratteristiche e delle condizioni meteo.**  
Plan your trip and be properly equipped, being aware of the weather conditions.  
Planen Sie Ihre Tour und stellen Sie sich entsprechend aus, unter Berücksichtigung ihrer technischen Fähigkeiten und der Wetterbedingungen.
- 2 Adatta la tua sciolta alle condizioni della neve, alla visibilità e all'affollamento della pista.**  
Adjust your skiing to snow conditions, view and crowding of the trail.  
Passen Sie Ihre Skifahrt an die Schneebedingungen, Sichtbarkeit und die Gedränge auf der Piste an.
- 3 Rispetta la segnaletica, seguendone il senso di marcia e la tecnica indicata.**  
Keep to the signs, following the direction of travel and the indicated technique.  
Bewahren Sie die Beschilderung, indem Sie die entsprechende Fortbewegung und die angegebene Technik wahren.
- 4 Segui la traccia posta più a destra: se siete in gruppo procedete in fila indiana.**  
Follow the rightmost trail. If you're in a group, proceed in single file.  
Folgen Sie die Spur, die am weitesten rechts liegt, wenn Sie in einer Gruppe sind.
- 5 Aggravi il sorpasso quando è possibile.**  
Overtake easier when possible.  
überholen Sie das Überholten.
- 6 Presta attenzione ai tratti in discesa.**  
Pay attention to downhill stretches.  
Achten Sie auf bergab fließende Strecken.
- 7 Sosta fuori del binario senza intorchiare la pista.**  
Stop outside the trail, without obstructing the trail.  
Halten Sie sich abseits der Piste, ohne die Piste zu behindern.
- 8 In caso di caduta, libera la pista prima possibile.**  
In case of a fall, free the trail as soon as possible.  
Im Fall eines Sturzes, befreien Sie so schnell wie möglich die Piste.
- 9 Proietta l'ombrello, non gettare rifiuti, fazzoletti e gel.**  
Always during track-clearing hours only.  
Die Zuspätkommen der Öffnungszeiten der Loipe mitbringen.
- 10 Aiuta chi è in difficoltà. In caso di reale necessità e per emergenza chiama il 112.**  
Help people in need. In case of real necessity and for emergencies, call 112.  
Helfen Sie den in Not und / oder in dringenden Fällen und bei Notfällen, rufen Sie die Nummer 112 an.
- 11 Accendi solo durante gli orari di apertura della pista.**  
Only during track-clearing hours only.  
Die Zuspätkommen der Öffnungszeiten der Loipe mitbringen.
- 12 Sola con calma, goditi il panorama ed il silenzio.**  
Ski calmly, enjoy the view and the silence.  
Nehmen Sie sich Zeit, genießen Sie die Aussicht und die Stille.

**VAL DI FASSA**  
Dolomites  
APT VAL DI FASSA  
Strada Roma, 36 - 38032 Canazei (TN)  
Tel. +39 0462 609500  
info@fassa.com | fassa.com

**IL FUTURO DELLO SCI DI FONDO ABITA QUI**  
THE FUTURE OF CROSS-COUNTRY SKIING LIVES HERE.  
DIE ZUKUNFT DER LANGLAUF LEBT HIER.



**MARCIALONGA**

**MARCIALONGA.IT**

La Marcialonga è da sempre considerata la Regina delle Granfondo Italiane di sci di fondo in tecnica classica. Si svolge l'ultima domenica di gennaio lungo le valli di Fiemme e Fassa, circondate dalle maestose Dolomiti, un ambiente naturale unico al mondo, riconosciuto dall'Unesco patrimonio dell'umanità.

Due le varianti di percorso: la gara "classica" di 70 km con partenza da Moena e arrivo nel centro di Cavalese e la variante "light" di 45 km che termina invece a Predazzo. Da sempre questo importante evento sportivo è accompagnato da una cornice di spettatori che accorrono ogni anno numerosi a sostenere gli oltre 7000 partecipanti, ma è anche un momento unico di vicinanza, condivisione e festa delle popolazioni delle valli di Fassa e Fiemme, che la vivono come un appuntamento immancabile con la tradizione, vissuto con passione ed entusiasmo.

Nel weekend di festa della Marcialonga vengono proposte anche manifestazioni di contorno per celebrare lo sci di fondo, la sua storia e la passione che alimenta gli appassionati di questa disciplina, di tutte le età, quali ad esempio la Marcialonga Baby, dedicata ai bambini fino a 6 anni, la Minimarcialonga, gara non competitiva dedicata ai bambini dai 6 ai 12 anni, e la Marcialonga Young, dove i campioni di fondo del futuro si sfidano suddivisi in diverse categorie. In calendario, sempre il sabato precedente la gara, anche la Marcialonga Stars che vede impegnati sportivi e personaggi noti coinvolti in un importante progetto di Marcialonga per la raccolta di fondi a scopo benefico e, da non mancare, Marcialonga Story, un vero e proprio tuffo nel passato, nel quale gli atleti scendono in pista con attrezzatura e abbigliamento antecedenti al 1976!

Ma Marcialonga è anche Marcialonga Craft, granfondo ciclistica sulle distanze di 80 km o 135 km, e Marcialonga Coop, gara di corsa di 21 o 26 km da affrontare singolarmente o in squadra, due appuntamenti che inaugurano e chiudono l'estate delle valli di Fassa e Fiemme.

Scopri di più su marcialonga.it

The Marcialonga has now become the Queen of Italian cross-country ski races using the classic technique. It takes place on the last Sunday in January in the Fiemme and Fassa valleys, surrounded by the majestic Dolomites, this unique natural environment is recognised by Unesco as a World Heritage Site.

There are two route variants: the "classic" 70-km race starting in Moena and finishing in the centre of Cavalese, and the "light" 45-km variant finishing instead in Predazzo. This major sporting event has always been enjoyed by spectators, who flock to support more than 7,000 participants every year. It is also a unique moment of togetherness, sharing and celebration for the people of the Fassa and Fiemme valleys, who view it as an unmissable appointment with tradition, which is enjoyed with passion and enthusiasm.

The Marcialonga weekend also includes supporting events to celebrate the world of cross-country skiing, its history and the passion that fuels enthusiasts of all ages, such as the Marcialonga Baby, dedicated to children up to 6 years old, the Minimarcialonga, a non-competitive race aimed at children from 6 to 12 years old, and the Marcialonga Young, where the cross-country champions of the future compete in different categories. Also on the calendar, on the Saturday before the race, is Marcialonga Stars, in which sports and well-known personalities engage in an important Marcialonga project to raise funds for charity, and, not to be missed, Marcialonga Story, a real blast from the past, in which athletes take to the track with equipment and clothing from before 1976!

But Marcialonga also includes Marcialonga Craft, a cross-country cycling race over distances of 80 km or 135 km, and Marcialonga Coop, a running race of 21 or 26 km to be tackled individually or in teams, to open and close the summer season.

Find out more at marcialonga.it

Die Marcialonga ist anerkanntermaßen die Königin des italienischen Langlaufrennens der klassischen Technik geworden. Sie findet jedes Jahr am letzten Sonntag im Januar statt und führt entlang der Täler von Fiemme und Fassa, umgeben von den majestätischen Dolomiten, einer weltweit einzigartigen Naturlandschaft, die von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt wurde. Die erste Ausgabe dieses mittlerweile legendären Rennens geht auf das Jahr 1971 zurück und hat sich in kurzer Zeit zu einem international anerkannten Event entwickelt. Es ist Teil der "Visma Ski Classic", die alle Skimarathons der Welt in klassischer Technik umfasst, darunter das schwedische Vasaloppet und das norwegische Birkebeinerrennet.

Es gibt zwei Streckenvarianten: das "klassische" 70-km-Rennen mit Start in Moena und Ankunft im Zentrum von Cavalese und die "leichte" 45-km-Variante, die in Predazzo endet. Seit jeher wird diese bedeutende sportliche Veranstaltung von zahlreichen Zuschauern verfolgt, die die über 7000 Teilnehmer jedes Jahr unterstützen. Das Rennen ist aber auch eine Gelegenheit, die die Bevölkerung der Täler Fassa und Fiemme dazu nutzt, sich zu treffen und zusammen zu feiern. Es ist zu einem traditionellen Ereignis geworden, das mit Leidenschaft und Begeisterung gefeiert wird.

Am Festwochenende der Marcialonga finden zudem Rahmenveranstaltungen statt, um den Langlauf zu feiern, seine Geschichte und natürlich auch die Leidenschaft, die die Fans aller Altersgruppen dieser Disziplin antreibt. Wir denken da zum Beispiel an die Marcialonga Baby, für Kinder bis 6 Jahre, die Minimarcialonga, ein Rennen für Kinder von 6 bis 12 Jahren, wo das Vergnügen und nicht etwa der Wettbewerb im Vordergrund steht, und die Marcialonga Young, bei der zukünftige Langlauf-Champions in verschiedenen Kategorien gegeneinander antreten. Am Samstag vor dem Wettkampf steht die Marcialonga Stars auf dem Programm, bei der Sportler und bekannte Persönlichkeiten gegeneinander antreten, um Spenden für wohltätige Zwecke zu sammeln. Und last but not least, die Marcialonga Story, ein echter Sprung in die Vergangenheit, bei der die Athleten mit Ausrüstung und Kleidung antreten, die vor 1976 üblich war!

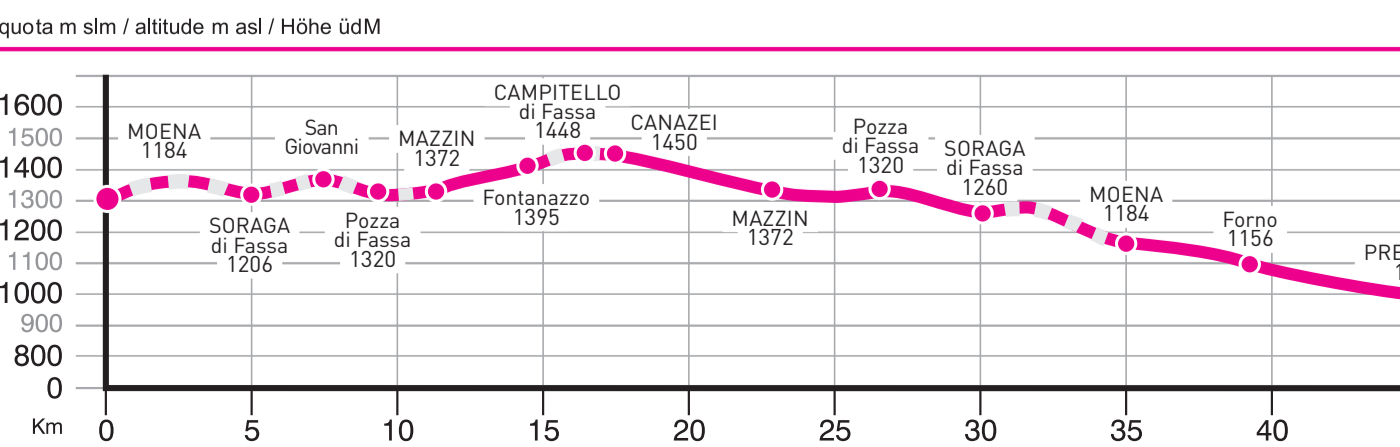
Die Marcialonga umfasst aber auch die Marcialonga Craft im Juni, Granfondo-Radsport über Entfernungen von 80 km oder 135 km, und die Marcialonga Coop, ein Rennen über eine Strecke von 21 oder 26 km, das einzeln oder im Team ausgetragen wird, die im September statt findet.

Erfahren Sie mehr auf marcialonga.it

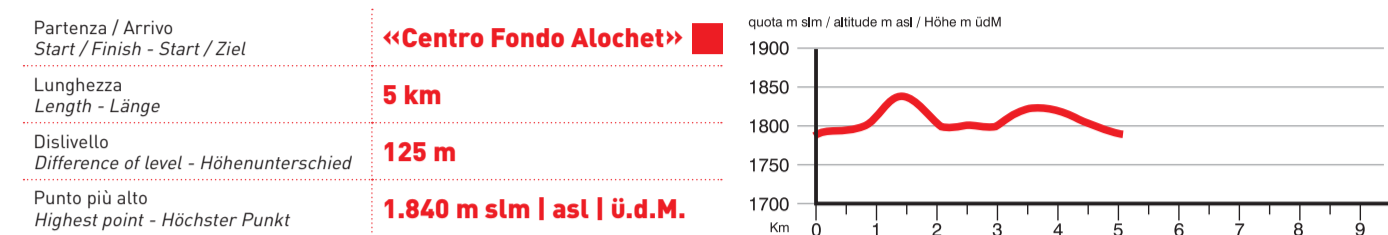
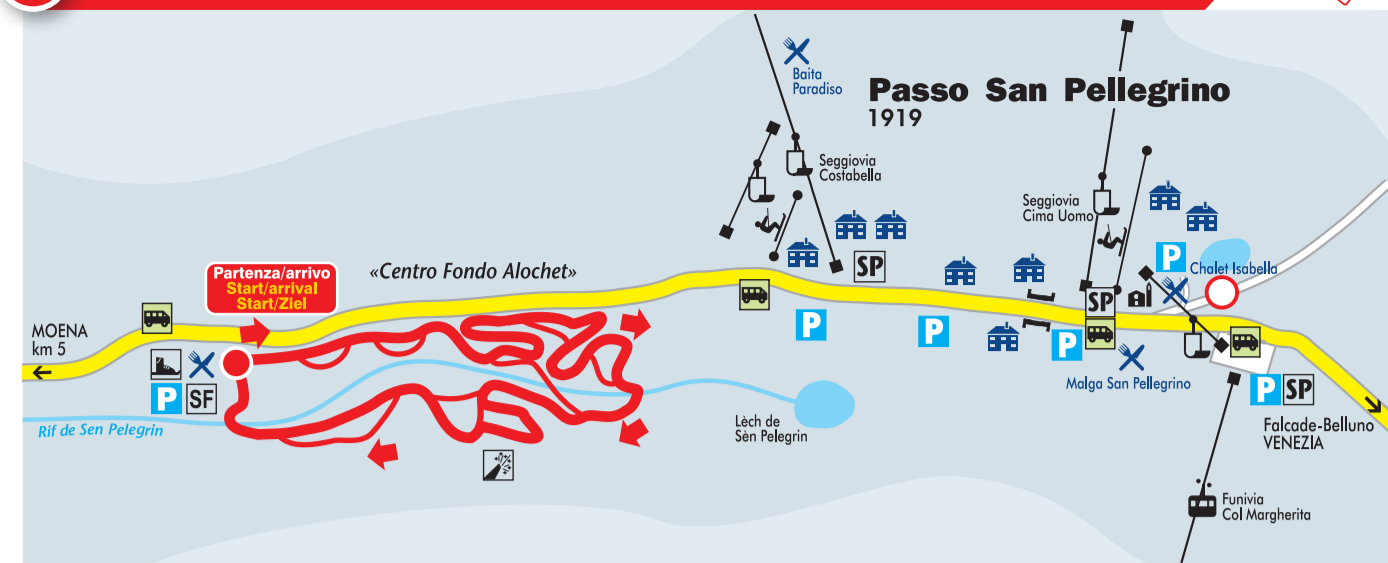


Partenza / Arrivo Start / Arrival Start / Ziel	<b>Classic: Moena / Cavalese</b> <b>Light: Moena / Predazzo</b>
Lunghezza Length Länge	<b>Classic: 70 km</b> <b>Light: 45 km</b>
Dislivello Difference of level Höhenunterschied	<b>Classic: 1.030 m</b> <b>Light: 624 m</b>
Punto più alto Highest point Höchste Stelle	<b>1.470 m slm / asl / üdM</b>

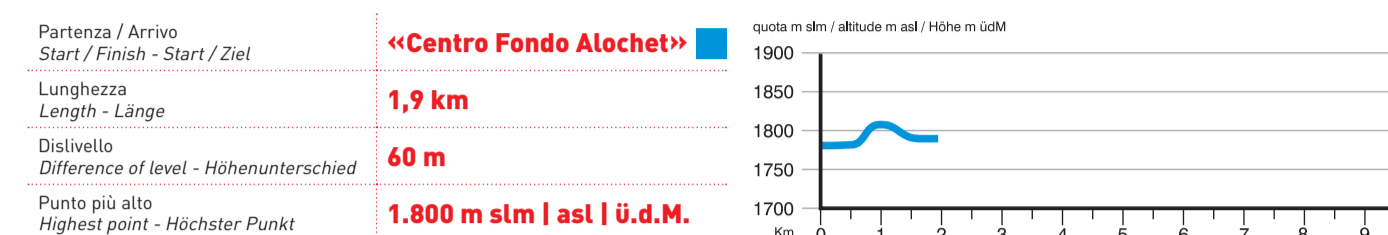
\*La parte tratteggiata del percorso è praticabile solo in occasione della Marcialonga\*  
\*The dotted part of the track is available only on occasion of the Marcialonga\*  
\*Der gestrichelte Teil der Loipe ist nur anlässlich der Marcialonga lauffähig\*



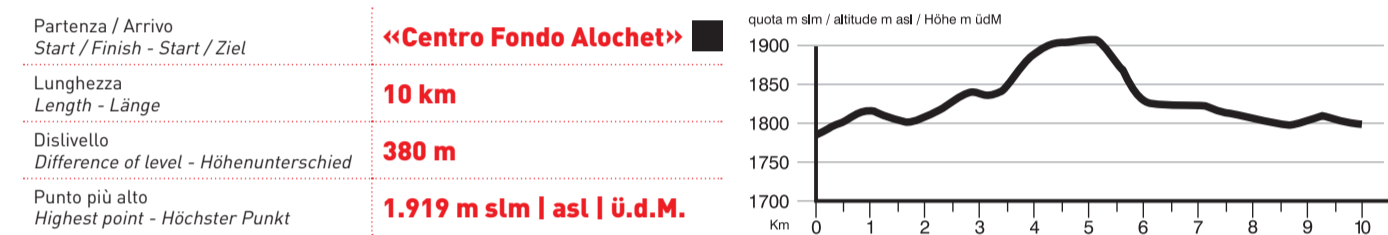
## 1 Masarè - Centro Fondo Alochet



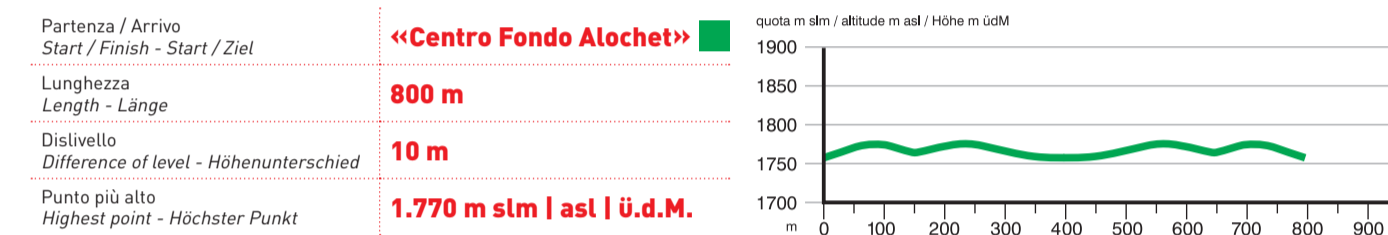
## 2 Alochet - Centro Fondo Alochet



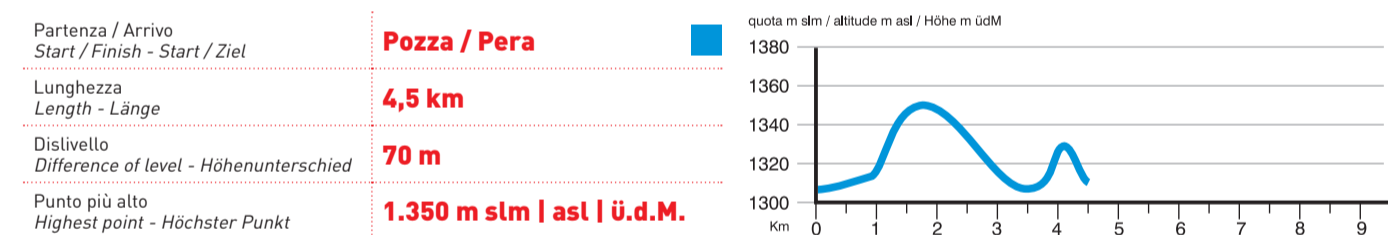
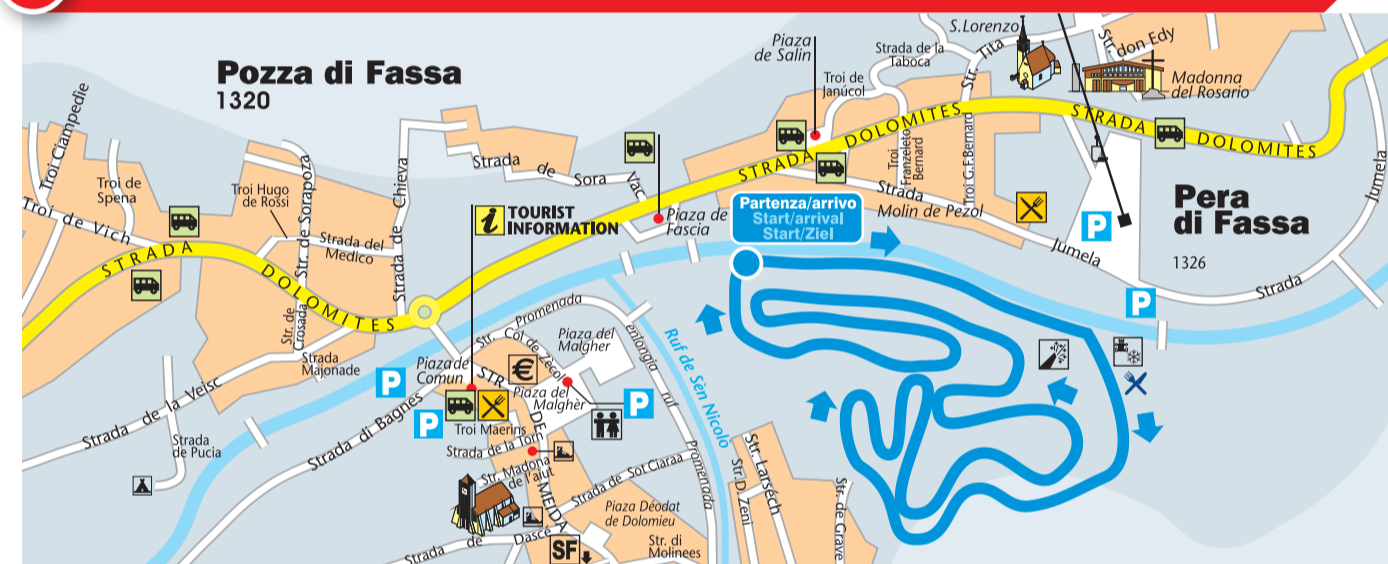
## 3 Campo d'Orso - Centro Fondo Alochet



## 4 Campo Scuola Alochet - Centro Fondo Alochet



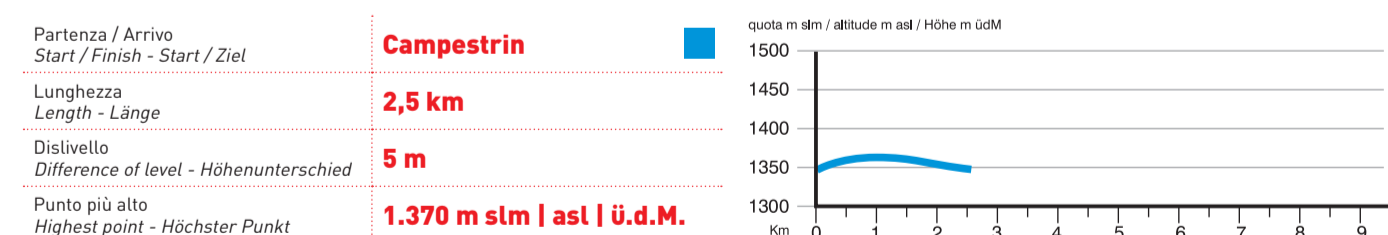
## 5 Ciancoal



## 6 Mazzin - Campitello - Mazzin



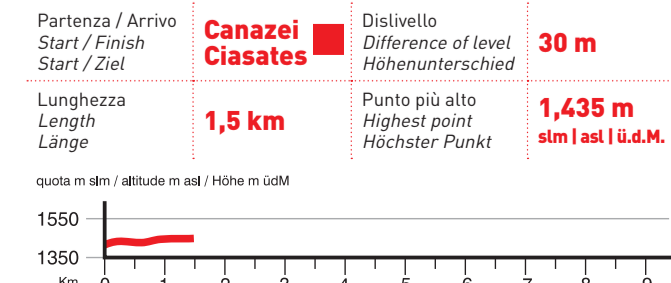
## 7 Rodolon



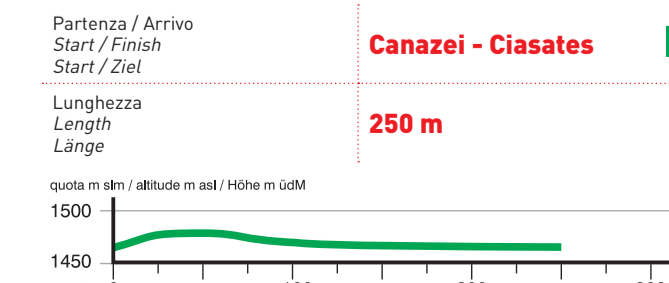
## 8 Soreghes - Sot Ronch



## 9 Ciasates



## 10 Campo Scuola Ciasates



## Scuole e Centri sci di fondo Cross-Country centres and ski schools Langlaufskischulen und -zentren

**CENTRO FONDO ALOCHET**  
Loc. Alochet  
Passo San Pellegrino  
Tel. +39 329 3179158

**SCUOLA DI SCI CANAZEI**  
Strèda del Piz, 18 - Canazei  
Tel. +39 0462 602688  
info@scuolascicanazei.com  
scuolascicanazei.com

**SCUOLA SCI VAJOLET**  
Piazza de Sèn Nicolò, 3 - Pozza  
San Giovanni di Fassa  
Tel. +39 0462 763309  
info@vajolet.it  
vajolet.it

## Noleggi sci di fondo Cross-Country ski rentals Langlaufskiverleihen

**MOENA**  
Sport Navale  
Piazz de Navalve, 1  
Tel. +39 0462 573050  
info@sportnavale.it  
sportnavale.it

**MAZZIN**  
Fassa Ski Bike  
Strèda Antermea, 8  
Campestrin  
Tel. +39 338 3460374  
info@fassaskibike.com  
fassaskibike.com

**SORAGA DI FASSA**  
Ski & Bike Giuliani  
Stradon de Fassa, 5  
Tel. +39 0462 758011  
noleggiocigiuliani@gmail.com  
skibikegiuliani.com

**CAMPITELLO DI FASSA**  
Mambo Ski Rent  
Strèda Dolomites, 20  
Tel. +39 388 0453037  
info@mamboskirent.com  
mamboskirent.com

**SAN GIOVANNI DI FASSA**  
Tony Sport  
Strada Rezia, 11 - Vigo  
Tel. +39 0462 763275  
info@tonysport.it  
tonysport.it

**Sporting 2000**  
Strèda de Pent de Sera, 7  
Tel. +39 0462 750380  
sporting2000snc@gmail.com  
sporting2000noleggio.fassa.com

**Fassa Rent**  
Strada de Meida, 106 - Pozza  
Tel. +39 0462 775177  
info@fassarent.it  
fassarent.it

**CANAZEI**  
La Zondra  
Strèda de Ciampac, 35  
Tel. +39 0462 601119  
info@noleggiolazondra.com  
noleggiolazondra.com

**Gross Sport**  
Str. Madonna de l'Aut, 2 - Pozza  
Tel. +39 0462 763373  
info@grossport.it  
grossport.it

**Noleggio Scuola Sci**  
Canazei Marmolada  
Strèda del Piz, 18  
Tel. +39 0462 602688  
info@scuolascicanazei.com  
scuolascicanazei.com

**Ski Center Vajolet**  
Str. de Meida, 62 - Pozza  
Tel. +39 353 3495599  
info@skicentervajolet.it  
skicentervajolet.it

**Northland Ski & Snowboard**  
Strèda del Piz, 17  
Tel. +39 0462 601656  
rent@northlandski.com  
northlandski.com

**Sport Lucy**  
Loc. Passo di Costalunga  
Tel. +39 0471 612162  
sportlucy@tin.it  
sportlucy.it

## LEGENDA KEYS / LEGENDE

- Ufficio Turistico Info
- Parcheggio Parking
- Fermata Skibus Ski bus stop Skibushaltestelle
- Parco giochi Children's playground Spielplatz
- Ufficio Skipass Skippass office Skippassbüro
- Parco giochi sulla neve Playground on the snow Spielplatz in Schnee
- Scuola sci fondo Cross-country ski school Langlaufskischule
- Innevamento artificiale Snowmaking system Kunstschnee
- Noleggio sci fondo Cross-country ski rental Langlaufskischule
- Piscina Swimming-pool Hallenbad
- Possibilità di ristoro in paese Refreshment points in town Raststätte im Ort
- Ticket a pagamento Daily ticket Tageskarte
- Ristoro aperto in inverno Winter opening Winteröffnung
- Riservato Scuola Sci Canazei Reserved Canazei Ski School Reservierte Skischule Canazei
- Ristoro aperto solo in estate Summer opening Sommeröffnung
- Hotel

## GRADO DI DIFFICOLTÀ DIFFICULTY / SCHWIERIGKEIT

- Campo scuola Training rink Übungsring
- Facile Easy Leicht
- Medio Medium Mittelschwer
- Difficile Difficult Schwer



\* MY PASSION LIVES HERE  
\* HIER LEBT MEINE LEIDENSCHAFT