



SÜDTIROL  
**DREI ZINNEN**  
**ALPINE RUN**

[www.dreizinnenlauf.com](http://www.dreizinnenlauf.com)

**09.09.2023**

## **Südtirol Drei Zinnen Alpine Run Presseinformation**

29. Juni 2023

### **Krönender Abschluss der Berglauf-Saison: Der Südtirol Drei Zinnen Alpine Run**

Anmeldungen bis Donnerstag, 07. September, möglich – Teilnehmerplätze begrenzt

**Der Südtirol Drei Zinnen Alpine Run gehört zu den beliebtesten Bergläufen in Europa und ist wohl einer der schönsten der Welt. Mit der bekanntesten Bergkulisse der Dolomiten, den Drei Zinnen, im Hintergrund, begeistert die Veranstaltung seit zweieinhalb Jahrzehnten Athletinnen und Athleten aus dem In- und Ausland. Am Samstag, 09. September 2023, findet die 26. Ausgabe des bekannten Lauf-Events in Sexten statt und ist damit der krönende Abschluss der Berglauf-Saison 2023.**

Die Sextner Dolomiten bieten nicht nur eine traumhaft schöne Kulisse für Wander- und Naturliebhaber:innen, sondern auch perfekte Bedingungen für all jene, die es actionreich mögen. Trailrunning-Fans kommen hier voll auf ihre Kosten: Herausfordernde Trails über Stock und Stein sowie über Feld und Wiesen begeistern Läufer:innen, die sich gerne im freien Gelände bewegen. Jedes Jahr am zweiten Septemberwochenende verwandelt sich der Ort Sexten in ein Mekka für Trailrunner:innen. Knapp 1.000 Bergläufer:innen aus über 20 verschiedenen Nationen nehmen am Südtirol Drei Zinnen Alpine Run teil.

#### **Traumhafte Streckenführung durch das UNESCO-Welterbe**

Die Strecke von 17 Kilometern und 1.333 Höhenmetern führt durch die beeindruckende Bergwelt der Sextner Dolomiten. Nach Start um 10 Uhr am Haus Sexten im Ortskern von Sexten führt die Strecke flach bis Moos. Über die Lärchenwiesen des Fischleintales geht es dann mäßig bergauf, ehe an der Talschlusshütte (Kilometer 7) der Aufstieg über Serpentine in Richtung Zsigmondyhütte beginnt. Weiter geht es auf die auf 2.575 Metern Meereshöhe liegende Büllelejochhütte (Kilometer 14,5). Hier haben die Athletinnen und Athleten den höchsten Punkt des Laufs erreicht, bevor sie für die letzten Kilometer leicht bergab bis zum Ziel auf 2.405 Metern Meereshöhe an der Drei Zinnen Hütte mit fantastischem Ausblick auf die Drei Zinnen laufen. Die Kleiderbeutel werden vom Veranstalter aus dem Tal ins Zielgebiet transportiert. Der Rückweg von der Drei Zinnen Hütte führt zu Fuß über das Altensteintal. Ab



SÜDTIROL  
**DREI ZINNEN**  
**ALPINE RUN**

[www.dreizinnenlauf.com](http://www.dreizinnenlauf.com)

**09.09.2023**

der Fischleinbodenhütte wird ein Shuttle zurück zum Startgelände angeboten, wo sich Duschen und Umkleidemöglichkeiten für die Läufer:innen befinden.

### **Der Mini Drei Zinnen Alpine Run für die gesamte Familie**

Nachdem am Samstag die Erwachsenen im Mittelpunkt stehen, sind am Sonntag, 10. September, beim Mini Drei Zinnen Alpine Run die jungen Läufer:innen an der Reihe. Auf den unterschiedlichsten Distanzen von 300 Metern für die ganz Kleinen (Jahrgänge 2017 bis 2021) bis zu den Junioren A (Jahrgänge 2005 bis 2006) mit einer Streckenlänge von 1.600 Metern, wird für jede Altersklasse etwas geboten. Dabei stehen der Spaß und die Freude am Laufen ganz klar im Vordergrund.

### **Schnell anmelden lohnt sich**

Knapp 500 Trailrunner:innen haben sich bereits für den 26. Südtirol Drei Zinnen Alpine Run registriert. Anmeldungen sind online bis Donnerstag, 07. September, auf der offiziellen [Veranstaltungswebsite](#) möglich. Bis Donnerstag, 31. August, beträgt die Anmeldegebühr 85 Euro, danach bis Anmeldeschluss 95 Euro. Die Gebühren für den Mini Drei Zinnen Alpine Run betragen zehn Euro. Zusätzlich zum Startplatz erhält jede:r Teilnehmer:in ein umfangreiches Startpaket mit vielen hochwertigen lokalen Produkten. Auch die kostenlose Teilnahme an der traditionellen Carbo-Loading-Knödelparty am Vorabend ist im Preis inbegriffen. Da die Startplätze für den beliebten Berglauf im Dolomiten UNESCO-Welterbe auf maximal 1.000 Läufer:innen begrenzt sind, lohnt sich eine schnelle Anmeldung.

(3.490 Zeichen)

#### **Pressekontakte:**

**Südtirol Drei Zinnen Alpine Run | ALV Sextner Dolomiten** • Dolomitenstr. 45 • IT-39030 Sexten

Mail: [info@dreizinnenlauf.com](mailto:info@dreizinnenlauf.com) • Tel.: +39 0474 710310

[www.dreizinnenlauf.com](http://www.dreizinnenlauf.com)

**TOC Agentur für Kommunikation GmbH & Co. KG** • Münchner Straße 150 • D-83703 Gmund am Tegernsee

Anne Himmelreich • Mail: [anne.himmelreich@toctoc.info](mailto:anne.himmelreich@toctoc.info) • Tel.: +49 8022 915970

[www.toctoc.info](http://www.toctoc.info)