



Nr. 014 Uinaschlucht und Passo Costainas

Start: Am ❶ Bahnhof in Mals. Vom ❷ Zentrum Mals über den Fahrradweg nach ❸ Schleis, Auffahrt nach ❹ Schlingig. Einige steile Rampen sind bis dorthin zu meistern. Die Auffahrt ab dem Dorf Schlingig bis zur ❺ Schliniger Alm ist angenehm; ab dort steuern wir im wahrsten Sinne des Wortes auf eine ❻ Schwarze Wand zu. Diese steile Rampe empfiehlt es sich mit Vernunft zu meistern, denn die Tour und der Tag sind noch lang. Nach dem Frühstück auf der ❼ Sesvennahütte beginnt der Trail-Spaß. Ein lässiger Trail schlängelt sich zum 100 m höher liegenden ❸ Schlinigpass, bevor die Abfahrt bis zur Schlucht uns ein Grinsen ins Gesicht zaubert. Auf den ersten Blick sieht der Einstieg zur ❹ Uinaschlucht angsteinflößend aus. Übermut und „Zeigen, was man kann“ ist die nächsten 1000 m vollkommen fehl am Platz. Es empfiehlt sich, das Rad zu schieben. Am Ende der Schlucht liegt eine 8,5 km lange Abfahrt bis ❶ Sur En vor uns. In Sur En am Brunnen links über den Fahrradweg nach □ Scuol. Die 27 km und 1200 Höhenmeter lange Auffahrt über □ S-charl zum □ Passo Costainas ist sehr angenehm und geprägt von landschaftlicher Schönheit wie man sie selten sieht. Die Abfahrt bis □ Lü erfolgt über die Schotterstraße, und ab Lü warten noch Easy-Trails bis □ Müstair als Nachtschiff auf den Biker. Ab Müstair dem Fahrradweg bis Mals folgen.

Tipp: Diese Tour kann auch als 1½-Tagestour mit Übernachtung auf der Sesvennahütte geplant werden oder man nimmt den Bikeshuttle bis Schlingig in Anspruch.

Diese Tour ist im Buch:

“Mountainbiken im Vinschgau”

Die schönsten Trails und Touren im Vinschgau

Autor: Siegi Weisenhorn

unter Tour Nr. 14 zu finden.

Tourenparameter und Kosten

Kondition	★★★★☆
Technik	★★☆☆☆
Singletrail Skala	★★☆☆☆
km	81 km

hm	2650 m
hm downhill	2650 m
Fahrtzeit	7.00 h
Startort	Bikepoint Mals
Verpflegung	Einkehrmöglichkeit: Sesvennahütte, Sur En, S-charl
Teilnahmeberechtigt	Mit allen herkömmlichen MTB zu bewältigen.
Bekleidung	Bikebekleidung für Hochgebirgstouren, warme Jacke Hose Handschuhe usw.