

Familienurlaub Südtirol: Berge für euch, WLAN für den Teenager, eine Woche an der Seiser Alm

Der Kompromiss steht schon im Titel: Ihr wohnt im Dorf **Seis am Schlern** am Fuß der Seiser Alm, mit Pool und schnellem WLAN. Tagsüber gibt es Dolomiten-Panorama, leichte Wanderungen und eine Seilbahn für euch, plus Bikepark, eine rasante Alpine-Coaster-Bahn und Seceda-Wow-Effekt für den 15-Jährigen. Abends Halbpension, Füße hoch, Berghang im Abendlicht. Ehrlich vorab: Hochsommer in den Dolomiten ist Hochpreissaison, beim Unterkunftsbudget müssen wir etwas tricksen, dazu unten mehr.

o) Eure Angaben

Punkt	Eure Vorgabe
Datum	Sa 01.08.2026 bis Sa 08.08.2026, 7 Nächte
Gruppe	2 Erwachsene + 1 Jugendlicher (15 Jahre)
Budget	bis 150 € pro Nacht für die Unterkunft (gesamt, für alle drei)
Pflichtkriterien	Region Dolomiten/Gröden/Seiser Alm, WLAN, Halbpension, Pool gewünscht
Sonderwünsche	Balance Berge ↔ Teenager-Spaß: leichte Wanderungen, 1 Seilbahn, 1 Action-Erlebnis (Sommerrodelbahn/Bikepark), Anreise mit dem Auto

1) Auf einen Blick

Thema	Fakt (Stand Juni 2026)
Basislager	Seis am Schlern (1.000 m), Tür an Tür zur Seiser-Alm-Bahn
Unterkunft (Empfehlung)	Activehotel Diana****, Seis, Halbpension ab ca. 100 €/Person/Tag (Richtwert)
Pool	ja, großer Außenpool mit Schlernblick + Erlebnishallenbad + Sauna
WLAN	kostenlos in allen Zimmern
Hauptseilbahn	Seiser-Alm-Bahn Seis–Compatsch, Familienticket Berg- und Talfahrt 65 €
Action für den Teenager	Bikepark/Trail Arena Val Gardena, Seceda-Panorama, Alpine Coaster Gardonè
Alpine Coaster	1 Fahrt 6 €/Erw., 4,50 €/Jugendl., Latemar/Predazzo, ab 13.06.2026
Seceda Berg- und Talfahrt	74 €/Erw., 37 €/Junior (8–15,99 J.), Kind frei
Anreise	Auto, großer Gratis-Parkplatz an der Talstation Seis

Thema	Fakt (Stand Juni 2026)
Verpflegung	Halbpension im Hotel, mittags Hütte/Pizzeria

1b) Unsere Empfehlung, mit Begründung

Empfehlung: Activehotel Diana** in Seis am Schlern.** Das passt fast schon verdächtig gut auf eure Wunschliste: der größte Außenpool im Seiser-Alm-Gebiet, ein abwechslungsreiches Aktiv-Programm mit professionellen Guides, ein Kuchenbuffet am Nachmittag und für Kinder bis 15 Jahre täglich eine Kugel Eis. Es gibt eine Saunalandschaft mit Außensauna, ein Erlebnishallenbad und ein Freischwimmbad mit Aussicht auf das Schlernmassiv. WLAN ist in allen Zimmern kostenlos, der Teenager ist also versorgt. Lage top: die Talstation der Seiser Alm Bahn ist nur rund 500 Meter vom Hotel entfernt, und es gibt ein Ski-Shuttle. Für die Familie praktisch: es gibt Familienzimmer im Hauptgebäude, bestehend aus 2 Doppelzimmern ohne Verbindungstür mit 2 Einzelbetten und 1 Doppelbett. Halbpension ist Standard: Übernachtung mit Frühstück ab 85 € pro Person und Tag, Zimmer mit Halbpension ab 100 € pro Person und Tag.

Preisrealität, ganz ehrlich: 100 €/Person/Tag im Doppelzimmer ist ein Startwert der Nebensaison. In der ersten Augustwoche, eurer absoluten Hochsaison, liegt der echte Preis für zwei Erwachsene + einen Jugendlichen mit Halbpension deutlich höher als eure 150 €/Nacht-Marke für die ganze Familie. Das ist kein Diana-Problem, sondern eine Eigenschaft der Seiser Alm im Hochsommer. Drei Wege, das in den Griff zu bekommen, findet ihr in Abschnitt 3.

Beste Alternative: Mirabell Alpine Garden Resort & Spa, Seis. Ruhige Panoramalage, Wellnessbereich mit Panorama-Hallenbad, Whirlpool, finnischer Sauna, Dampfbad und Ruheraum, WLAN und Halbpension inklusive: ein vielfältiges Frühstücksbuffet sowie ein Wahlmenü am Abend. Richtwert laut Anbieterportal ab ca. 117–132 €/Person (Stand Juni 2026). Achtung, Charakter-Unterschied: Das Mirabell ist eher das ruhige, erwachsene Genießerhaus, der 15-Jährige hat hier weniger Action „auf dem Gelände“ als im Diana. Das vorgeschriebene Mindestalter im Hotel beträgt 7 Jahre, ein 15-Jähriger ist also problemlos willkommen.

Zweite Alternative (klar familienorientiert): Family Hotel Bad Ratzes, Seis. Das 4-Sterne-Hotel befindet sich in Alleinlage auf 1.200 m, am Fuß der Seiser Alm, mitten im Naturpark Schlern-Rosengarten, ein naturnahes Familienhotel, umgeben von einem uralten Fichtenwald. Tel. +39 0471 706131. Wer den Wanderstart direkt vor der Tür will, ist hier richtig.

1c) Jetzt buchen

Was	Bis wann	Wo / Link
Unterkunft Activehotel Diana, 7 Nächte HP, Familienzimmer	so früh wie möglich (August ist schnell ausgebucht)	hotel-diana.it , Tel. +39 0471 704070
Alternative Mirabell	dito	hotel-mirabell.net , Tel. +39 0471 706134
Seceda-Tickets online (Zeitfenster sichern)	1–2 Tage vorher	seceda.axess.shop/...

Was	Bis wann	Wo / Link
Combi Card 7 für die Seiser-Alm-Bahn	vor Ort am 1. Tag	Talstation Seis oder Tourismusbüro
Alpine Coaster Gardonè (Predazzo)	spontan vor Ort möglich	montagnanimata.it

Den verbindlichen Preis für eure genauen Daten und Belegung seht ihr im Buchungsschritt beim Anbieter, er ändert sich täglich.

💡 Tipp: Fragt das Hotel direkt per E-Mail nach einem Familien-Paketpreis für die exakten Daten plus Kinder-/Jugendermäßigung im Zimmer der Eltern. Direktbuchung beim Haus ist oft günstiger als über Portale, und Sonderkonditionen für den 15-Jährigen gibt es meist nur auf Anfrage.

2) Der Tag-für-Tag-Plan

Tag 1, Samstag 01.08.: Anreise und Ankommen

Mit dem Auto nach Seis am Schlern, Check-in, Pool ausprobieren, erstes Halbpension-Dinner. Wer noch Energie hat, dreht eine Runde durchs Dorf. 💡 Tipp: Holt euch im Hotel oder Tourismusbüro den **Südtirol Guest Pass**, den ihr als Übernachtungsgast bekommt. Den Südtirol Guest Pass erhaltet ihr ausschließlich von eurer Unterkunft, er ist im Preis eures Aufenthalts enthalten und gilt für die gesamte Dauer. Damit wird die Combi Card günstiger.

Tag 2, Sonntag 02.08.: Sanfter Auftakt auf der Seiser Alm

Mit der **Seiser-Alm-Bahn** von Seis nach Compatsch hinauf, Europas größte Hochalm zu Füßen. Leichte Almwanderung mit Panoramablick, mittags Einkehr auf einer Hütte. Seilbahn-Fakten: Familienticket (2 Erwachsene mit ihren ab 2008 geborenen Kindern), Berg- und Talfahrt, 65 €. Einzeln zahlen Erwachsene 21 € einfach bzw. 30 € Berg- und Talfahrt, Junioren (Jg. 2008–2017) 13 € einfach bzw. 18 € Berg- und Talfahrt. 💡 Tipp: Wenn ihr die Woche oft Bus und Bahn nutzt, lohnt die **Combi Card 7**: gilt ab erster Entwertung an 7 aufeinanderfolgenden Tagen für die uneingeschränkte Nutzung der Seiser-Alm-Bahn, des Seiser Alm Express, der Shuttlebusse und des Almbusses, für 94 € (mit Südtirol Guest Pass 92 €), Junioren 2008–2017 erhalten 50 % Ermäßigung. **Plan B (Regen)**: Pooltag im Hotel plus Sauna, am Nachmittag ins benachbarte Bozen zum Bummeln.

Tag 3, Montag 03.08.: Seceda, der Instagram-Berg für den Teenager

Mit dem Auto nach St. Ulrich/Ortisei (ca. 30–40 Min.), mit der Seceda-Bahn hinauf zu einem der spektakulärsten Dolomiten-Panoramen. Der Geisler-Grat ist der Berg, den der 15-Jährige aus dem Netz kennt: Während der Apple-Konferenz 2017 waren Fotos der Seceda und der Geisler zu sehen, eines davon diente als Hintergrund bei der Vorstellung des neuen iMac. Oben leichter Panoramaweg, Hüttenpause. Preise (offiziell, Sommer 2026): Seilbahn Ortisei–Furnes + Furnes–Seceda, Berg- und Talfahrt: Erwachsene 74 €, Junior 37 €, Kinder frei. Junior von 8 bis 15,99 Jahre. Euer 15-Jähriger fährt also zum Junior-Tarif. 💡 Tipp: Die Parkplätze in Ortisei sind begrenzt, kauft das Seilbahn-Ticket vorab online. Online buchen unter [seceda.axess.shop/...](http://seceda.axess.shop/) . **Plan B (Regen/Wolken)**: Seceda lohnt nur bei guter Sicht. Bei schlechtem Wetter tauscht den Tag mit Tag 5 (Alpine Coaster ist überdacht/waldgeschützt) oder fahrt nach Bozen ins Südtiroler Archäologiemuseum zu „Ötzi“.

Tag 4, Dienstag 04.08.: Action pur, Bikepark Val Gardena

Heute gehört der Tag dem Teenager. Gröden/Seiser Alm ist Südtirols ausgewiesene Bike-Region mit gebauten Flow- und Freeride-Trails; die Lifte transportieren die Bikes nach oben. Leih-MTB und Guiding bekommt ihr direkt an der Seceda-Talstation: Erlebt Touren in den Dolomiten mit bestens präparierten MTBs und qualifizierten Guides, mit passenden Routen für jeden, vom Einsteiger bis zum Sportler und für alle Altersgruppen. Geöffnet von Mai bis Ende Oktober täglich von 8:30 bis 12:00 und von 13:30 bis 18:30. Bike-Transport mit der Seilbahn kostet 7 € pro Bike, mit der Gardena Card 5 €. 💡 Tipp für die Altersgruppe: Ein geführter Einsteiger-Flowtrail-Tag ist für 15-Jährige genau richtig, Bewegung, Tempo, ein bisschen Nervenkitzel ohne Überforderung. Wer lieber leichte Wege fährt, nimmt ein E-Bike, das macht die Höhenmeter zum Kinderspiel. Preisanker fürs Bike-Wochenpaket der Region ab ca. 320 € pro Person für mehrere Tage; Tagespreise für Leihrad und Guide bitte direkt am Bikeshop erfragen (Öffnungszeiten siehe oben). **Plan B (Regen):** Biken im Nassen macht keinen Spaß. Stattdessen Schwimmbad-/Wellness-Nachmittag im Hotel, abends Pizza in Kastelruth (siehe Restaurants).

Tag 5, Mittwoch 05.08.: Alpine Coaster Gardonè, die Sommerrodel-Rakete

Fahrt ins Fleimstal nach Predazzo (über Karerpass/Costalunga, landschaftlich ein Traum). Mit der Kabinenbahn hinauf nach Gardonè, dann ab auf die Schienenrodelbahn: ein 980 Meter langer Schienen-Rundkurs direkt neben der Gardonè-Seilbahn, mit Haarnadelkurven, Sprüngen und einer 360°-Drehung, mitten in den Wiesen und Wäldern des Latemar. Erlaubt ab 105 cm Körpergröße; Jugendliche über 135 cm oder im Alter zwischen 9 und 14 nur in Begleitung einer mindestens 14-jährigen Person. Euer 15-Jähriger darf also allein im Bob sitzen und selbst Gas geben. Preise (offiziell): Alpine Coaster Gardonè, 1 Fahrt 6 € Erwachsene, 4,50 € Junior, freier Eintritt für Kinder bis 8 Jahre; 5 Fahrten 24 € (Erw.) bzw. 18 € (Junior); 10 Fahrten 42 € (Erw.) bzw. 32 € (Junior). Dazu kommt die Auffahrt: Berg- und Talfahrt Kabinenbahn Predazzo–Gardonè 19 € Erw., 13,50 € Junior; Kombi „Uno“ (Auffahrt + 1 Coaster-Fahrt) 23 € Erw., 16,50 € Junior. Öffnung/Saison: Sommersaison-Start 2026 am 13. Juni. Täglich vom 13. Juni bis 20. September 2026 von 10:00 bis 13:00 und von 14:00 bis 17:00 Uhr. Plant die Mittagspause der Anlage (13:00–14:00) ein und seid ein paar Minuten vor 10:00 oder 14:00 oben. 💡 Tipp: Die 5er-Karte lohnt sich fast immer, beim ersten Mal will man sofort nochmal. Und: der Alpine Coaster fährt nur bei geeigneten Wetterbedingungen. **Plan B (Regen):** Bei Nässe ist der Coaster zu, dann ist es ein klassischer Wander-/Wellnesstag an der Seiser Alm, oder Bozen-Stadt mit Ötzi-Museum.

Tag 6, Donnerstag 06.08.: Familienwanderung und Pool

Ruhigerer Tag. Leichte Rundwanderung auf der Seiser Alm (z. B. von Compatsch Richtung Saltner-/Almhütten, flach, viele Einkehren), nachmittags Pool und Sauna im Hotel. Der Teenager hat WLAN und Liegestuhl, ihr habt das Schlern-Panorama. 💡 Tipp: Die Privat-Pkw-Auffahrt auf die Alm ist tagsüber gesperrt, nehmt einfach die Seilbahn, das ist ohnehin entspannter. Großer **Gratis-Außenparkplatz** an der Talstation Seis: der Outdoor-Parkplatz ist kostenlos (kein Parken von 23:00 bis 6:00 Uhr). **Plan B (Regen):** Wellnesstag, abends gemütlich essen in Kastelruth.

Tag 7, Freitag 07.08.: Wahltag nach Lust und Wetter

Je nach Stimmung: noch ein Seilbahn-/Wandertag, eine zweite Coaster-Runde, oder Bummeln in Kastelruth (hübscher Ortskern) und letzte Souvenirs. 💡 Tipp: Wenn der Teenager noch einmal Action will, ist heute Zeit für eine zweite Bikepark-Runde oder den Coaster. Wenn ihr „Berge pur“ wollt, eine letzte Höhenwanderung. **Plan B (Regen):** Bozen oder Wellness, Koffer schon mal verpacken.

Tag 8, Samstag 08.08.: Abreise

Frühstück, Check-out, Heimfahrt. Auf Wiedersehen, Schlern.

Restaurant-Tipps für die Mittage und freien Abende

- **Restaurant Zum Turm (Turmwirt)**, Zentrum Kastelruth, gutbürgerliche Südtiroler/Tiroler Küche. Geöffnet Ende Mai bis Ende Oktober, Mittwoch Ruhetag, im Sommer 08:00–23:00 Uhr. Reservieren empfohlen.
- **Restaurant Pizzeria Sporthütte**, Tioslerweg 3, Kastelruth, Südtiroler Klassiker und Pizza aus dem Holzofen, familienfreundlich: eine Auswahl an traditionellen Gerichten, ofenfrischen Pizzen und saisonalen Spezialitäten, herzhaft und vegetarisch, ideal nach einer Wanderung.
- **Restaurant/Pizzeria/Bar Toni**, O.-v.-Wolkenstein-Str. 2, Zentrum Kastelruth. Im Zentrum, Spezialitäten sind verschiedene Pizza-Varianten und typisch Südtiroler Gerichte wie Schlutzkrapfen und Knödel. Klassiker für den Teenager-Pizzahunger. Öffnungszeiten vor Besuch prüfen.

💡 Tipp: Da ihr Halbpension habt, braucht ihr abends meist nichts extra. Die Pizzerien sind ideal für die Mittagspause an Ausflugstagen oder den einen „Hotelküche-Pause“-Abend.

3) Praktische Hinweise, Budget-Check und Checkliste

Die ehrliche Budget-Wahrheit. Eure Marke ist 150 € pro Nacht für die ganze Familie, also rund 50 €/Person/Tag mit Halbpension. Auf der Seiser Alm in der ersten Augustwoche ist das schlicht nicht erreichbar; gute Halbpensionshäuser starten dort eher bei 100 €/Person/Tag in der Nebensaison und liegen im Hochsommer darüber. Drei realistische Hebel:

1. **Saison verschieben:** Anfang/Mitte September ist das Wetter oft stabil, die Preise fallen spürbar, und alle Bahnen/der Coaster laufen noch (Seceda bis 02.11., Coaster bis 20.09.).
2. **Unterkunftsart wechseln:** Ferienwohnung oder Pension mit Frühstück statt 4-Sterne-Halbpension senkt die Übernachtungskosten deutlich. Halbpension lässt sich dann durch die günstigen Pizzerien ersetzen.
3. **Budget anheben:** Für die Wunsch-Konstellation (Hochsommer, Halbpension, Pool, Seiser Alm) realistisch ca. 110–160 €/Person/Tag einplanen.

Geschätzte Kosten für die Woche (3 Personen, Stand Juni 2026):

Posten	Schätzung
Unterkunft 7 Nächte HP, Activehotel Diana (Familie)	Richtwert ca. 2.100–3.300 € (Richtwert, konkreten Termin-Preis beim Anbieter prüfen)
Ortstaxe	ca. 3,50 €/Person/Nacht, gesamt ca. 73 €
Seiser-Alm-Bahn: Combi Card 7 (2 Erw. + 1 Junior 50 %)	ca. 235 €
Seceda Berg-/Talfahrt (2× 74 € + 1× 37 €)	185 €
Alpine Coaster: Kombi Uno + ein paar Extra-Fahrten	ca. 90–120 €
Bikepark-Tag (Leihrad, Lift, ggf. Guide)	ca. 150–300 €, vor Buchung prüfen
Mittagessen Hütten/Pizzerien (6 Tage)	ca. 250–400 €
Sprit/Maut/Parken Ausflüge	ca. 120–180 €
Summe (ohne Anreise-Sprit von daheim)	ca. 3.200–4.800 €

Gut zu wissen:

- Kontakt Seiser-Alm-Bahn: Seis-Seiser Alm Bahn AG, Schlernstraße 39, 39040 Seis am Schlern, Tel. +39 0471 704270.
- Bei Seceda fahren Kinder von 0 bis 7,99 Jahren frei (beim gleichzeitigen Kauf eines Erwachsenentickets). Für euch nicht relevant, aber gut zu wissen, falls Verwandte mitkommen.
- Parken in Seis an der Talstation: kostenloser Außenparkplatz; alternativ Tiefgaragen Walderer P1 (2 €/Std., 8 €/Tag) und Talstation P2 (2,50 €/Std., 12 €/Tag, Tagespauschale ab der 4. Stunde).

Checkliste zum Abhaken:

- ☐ Unterkunft mit Familienzimmer + Halbpension für 01.–08.08. gebucht
- ☐ Südtirol Guest Pass bei Anreise im Hotel abholen
- ☐ Combi Card 7 am ersten Tag kaufen
- ☐ Seceda-Tickets online vorab (Schönwettertag wählen)
- ☐ Wander-/Bergschuhe, Regenjacke, Sonnencreme, Sonnenbrille (Höhensonne!)
- ☐ Badesachen für Pool und Sauna (Badeschlappen für den Wellnessbereich mitbringen)
- ☐ Powerbank/Ladegerät fürs Teenager-WLAN-Leben
- ☐ Fahrradhelm-Frage klären (Bikepark stellt Leihhelme, vorher fragen)
- ☐ Bargeld/Karte für Hütten (nicht überall Karte)

💡 Tipp zum Schluss: Plant pro Woche mindestens einen „Nichts-müssen-Tag“ ein. Der schönste Teenager-Kompromiss ist oft ein langer Pool-Nachmittag nach einem Action-Vormittag, dann sind abends alle entspannt.

4) Quellen (geprüft im Juni 2026)

Unterkunft

- Activehotel Diana, offizielle Seite: hotel-diana.it
- Activehotel Diana, Beschreibung/Preisanker: suedtirolerland.it/... und suedtirol.com/...
- Mirabell Alpine Garden Resort & Spa: hotel-mirabell.net
- Übersicht Hotels mit Halbpension/Pool Schlerngebiet: kastelruth.net/... , seis-am-schlern.com/...

Seilbahnen und Mobilität

- Seiser-Alm-Bahn, Sommerpreise/Combi Card/Parken: seiseralm.it/...
- Seceda, Sommerpreise und Bike/Gardena Card: seceda.it/... , Online-Ticket: seceda.axess.shop/...

Action für den Teenager

- Alpine Coaster Gardonè, Preise und Zeiten: montagnanimata.it/... und latemar.it/...
- Latemar/MontagnAnimata Familieninfos: trentino.com/...
- Bike/MTB an der Seceda-Talstation: seceda.it/... (Abschnitt Bikeshop) , Bikeschule: mtbschool.it

Restaurants

- Restaurant Zum Turm, Kastelruth: zumturm.com/...
- Pizzeria Sporthütte, Kastelruth: sporthuette.it
- Restaurant/Pizzeria Toni, Kastelruth: kastelruth.org/...

Kartenlinks:

- Activehotel Diana: [In Karte öffnen](#)
- Talstation Seiser-Alm-Bahn: [In Karte öffnen](#)
- Seceda-Talstation Ortisei: [In Karte öffnen](#)
- Alpine Coaster Gardonè/Predazzo: [In Karte öffnen](#)

Viel Spaß beim Kompromiss, der gar keiner ist: Berge satt für euch, genug WLAN und Adrenalin für den Nachwuchs, und ein Pool für alle. Gute Reise!

Erstellt mit losgeplant. Alle Angaben wurden von der KI zum Erstellungszeitpunkt online geprüft, Öffnungszeiten und Preise können sich ändern, bitte vor der Buchung kurz selbst bestätigen.