

Proposta dad Adalbert Caminada

**Cuira (Obere Au) - promenada dal Rain – Arabühel - Haldenstein -
promenada dal Rain - Cuira (Obere Au)**

Durada:	3 ½ h
Distanza:	11.5 km
Autezza maximala:	813 m
Autezza minimala:	547 m
Equipament:	buns chalzers funcziunals, protecziun per la plievgia, carta geografica, vestgadira chauda
Difficultad:	tura simpla per famiglias, la tura è adattada per uffants a partir da 5 onns
Spezial:	grondiusa vista sin la citad da Cuira tranter l'emna è da resguardar il temp da bloccada tar la muntogna Calanda
Variantas:	la Obere Au è cuntanschibla cun il bus da la citad, da Haldenstein ins po ir cun il bus da la citad enfin a Cuira

