



TREK — KING

/ Magazin





Trekking #inLombardia

— Magazin

Von familienfreundlichen Spaziergängen bis zu anspruchsvollsten Trekkingtouren, von Klettergärten und Steilwänden für eingeschworene Alpinisten bis hin zu Berg - und Talfahrten auf Asphalt und Off Road für Zweirad - und Mountainbike - Liebhaber. Außerdem: Drachenfliegen, Rafting, Canyoning und Abenteuerparks für Erwachsene und Kinder, die ihren Adrenalinfluss spüren wollen. Sport und viele Outdoor-Tätigkeiten, entlang der Wege, auf den Almen und in Schutzgebieten, wo man mehr über das Leben in den Bergen erfahren kann. Die Alpen und Voralpen in der Lombardei sind ideal für jene, die auf der Suche nach einem Aktivurlaub sind, bei dem es aber auch interessante Anregungen gibt, um Einblicke in die Kultur und Traditionen des Gebietes und der Bergdörfer zu bekommen. Und nicht zu vergessen die heimeligen Schutzhütten (die sogenannten "Rifugi"), die den Wanderern alles bieten, was ihr Herz begehrt: vom Relax bis zur guten Küche. Wer seinen Urlaub auf den Gipfeln der Lombardei verbringen möchte, hat nur ein Problem: nämlich die Qual der Wahl.

Deckblatt

Der Gipfel des Monte Aga, Brembana - Tal.



Bergamo

Valle Brembana

Berge, die man erleben kann

— *Wanderungen 1*

Natur, Kultur und Köstlichkeiten. Das Valle Brembana versteht es, Touristen anzulocken, die ihren Urlaub mit Sport und Entspannung verbringen möchten

Von Trekkingtouren mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden bis zu langen Mountainbike-Entdeckungstouren durch bezaubernde abgelegene Ortschaften, bis hin zu extremen Sporttätigkeiten. Die Berge des Brembanatales sind das ideale Ziel für alle, die einen aktiven Urlaub voller Anregungen und Emotionen erleben möchten.

Das Schöne der Berge und das Gute der Berghütten

Das Valle Brembana bietet den Trekkingfans eine umfangreiche Auswahl an Wanderungen mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden. Zu den typischen Wanderungen gehört der Aufstieg zum Pizzo del Becco, der an der Berghütte „Rifugio Fratelli Calvi“ vorbeiführt, an welcher der Endaufstieg beginnt. Hier kann man den Schauer eines kurzen aber anspruchsvollen Klettersteigs erleben. Eine ebenso schöne Wanderung führt zum Monte Aga, beginnt in Carona und steigt bis zur Berghütte „Rifugio Longo“, wo man den steilen Hang bis zum Pizzo di Cignola hochsteigen muss.

—
Gemelli Seen und Pizzo del Becco.



Kurz vor dem Pass schlägt man den Weg in eine weite, fast immer schneebedeckte Schlucht ein, der mit regelmäßigem Aufstieg und einigen kleinen Felssprüngen bis zum Berggrat führt. Wenn man den Monte Aga erreichen will, muss man auf eine Passage auf einer Felsplatte achten. Hier können erfahrene Bergsteiger den südwestlichen Bergkamm entlang zuerst zum Lago del Diavolo und dann wieder zur Berghütte bergab steigen. Der Tre Signori zwischen den Provinzen von Bergamo, Sondrio und Lecco ist für Bergsteiger einer der begehrtesten Gipfel. Um diesen Grenzberg zu besteigen, muss man den Weg einschlagen, der vom Ortsteil Costa di Valtorta ins Valle Grobbio steigt und zur Berghütte Grassi führt.

Für die Liebhaber vertikaler Kletterpartien

Im Valle Brembana gibt es zahlreiche ausgerüstete Steilhänge: Der Falesia di Cornalba, der über das Val Serina ragt, ist unter Bergsteigern einer der bekanntesten. Hier kann man Freiklettern und der Corna Bianca bietet mehr als 132 Kletterrouten mit nur wenigen Steillängen unter dem Schwierigkeitsgrad 6.

Auf den Felswänden des Monolito degli Dèi können sich die Liebhaber dieser Sportart auf Längen messen, die in technischer Hinsicht begeisternd sind. Schön und anspruchsvoll ist auch das Klettern auf dem Steilhang des Corna Piana, der in einer ruhigen Gegend vertikal in den Himmel ragt und fünfzehn Kletterrouten bietet, sowie auf dem Steilhang Porta delle Cornacchie mit etwa 60 ausgerüsteten Kletterrouten. Beide Klettergärten sind 20 Gehminuten von Roncobello entfernt. Der Anhaltspunkt für Boulders ist dagegen das Gebiet nach der Ortschaft Fondra: Hier kann man auf mehr als 60 Felsblöcken klettern. In diesem Gebiet gibt es auch zwei interessante Steilhänge: Der Falesia Fiume neben dem Ponte dei Canali und der neue Falesia Bosco.

Erforschung des Val Parina

Eine der aufregendsten Touren geht durch das wilde Parina-Tal. Sie startet von den Ebenen in Scalvino und steigt bis Oltre il Colle/Zorzone. Ein wahres Abenteuer, das körperliche Eignung und gute technische Fähigkeiten verlangt, da die Tour eine Reihe von vertikalen Kanälen und Kiesströmen umfasst, die man zu Fuß angehen



sollte. Es empfiehlt sich, die Strecke mit anderen Bikern zu bewältigen, denn in vielen Zonen ist man durch das fehlende Funksignal komplett isoliert. Gewiss einfacher und für alle geeignet ist die Radstrecke von Zogno bis Piazza Brembana. Eine Radtour auf der Entdeckung der Kultur- und Naturgüter des Brembanatal entlang der alten Bahnstrecke, die durch bezaubernde Ortschaften wie Oneta oder Cornello dei Tasso führt.

Adrenalin zwischen Himmel und Wasser

Wenige Minuten von den Wohngebäuden des Ortsteils Ganda di Selvino entfernt befindet sich das Abfluggebiet für zweiseitige Flugzeuge und Hängegleiter. In San Pellegrino Terme besteht dagegen die Möglichkeit, auf dem Fluss Brembo im Herzen der Kleinstadt eine Kanufahrt auszuprobieren.

— Kuriositäten

1. Natur. In Zogno befinden sich die „Grotte delle Meraviglie“, eine Reihe von Stollen, die in Urzeiten unregelmäßig rund entstanden sind und in wunderschöne Grotten führen. „Labirinto“ (Büs de la Marta) ist die spektakulärste darunter: Sie offenbart sich überwiegend in Form eines großen Saals mit einem ausgesprochen hohen Gewölbe und ganz verschiedenartigen Kalksteindekorationen.

2. Geschichte. In Valtorta kann man den Weg der antiken Bergwerke des Val Stabina zurücklegen. Die Strecke beginnt gleich nach der Brücke „del Bolgia“. In der Ortschaft kann man dagegen einige alte Mühlen und aufgefundene Mühlhammer sehen und das Museo Etnografico (ethnografische Museum) besuchen.

3. Kultur. San Pellegrino Terme ist die „Königin des

Nebenan

Der Cigola-Pass.

Unten

Der Klettergarten Cornalba.



Liberty-Stils“. Ansehen sollte man sich die Badeanstalt an der Allee der Thermen, den Getränkeaal „Sala Bibite“ mit dem Säulengang, das Grand Hotel, das Mineralwasser-Abfüllungswerk, das Spielcasino und das Rathaus.

4. Kinder. Das Gebäude „Casa di Arlecchino“ befindet sich im mittelalterlichen Dorf Oneta, ein Ortsteil der Gemeinde San Giovanni Bianco, am Anfang des Tals Valle Taleggio. Mit Kindern sollte man auch die Erlebnisparks am Passo di Zambra und auf dem Berg Purito ausprobieren.

5. Wein und Delikatessen. Die Käsesorten Formai de Mut, Branzi, Stracchino Taleggio und der Schimmelkäse Strachitunt werden auch die anspruchsvollsten Einschmecker entzücken. Auch die Ziegenkäsesorten, den Ricotta-Weichkäse und den Agri-Käse sollte man probieren.



Bergamo Valle Imagna die Entdeckung eines Schatzes

— Wanderungen 2



*Ein kleiner Schatz der Natur, der noch immer den Geist des Berglebens
aufrecht erhält und die guten Geschmäcker der Küche bewahrt*

Ein kleines Tal, das noch eine sehr schöne natürliche Umwelt besitzt; ein ausgezeichnetes Ziel zum Reiten und für Trekking- oder Mountainbike-Touren. Hier kann man sich ideal entspannen und gut essen.

Der zu Bergamo gehörende Hang des Resegone

Es gibt zwei Aufstiegsmöglichkeiten zum Resegone: Entweder der meistbenutzte Aufstieg von Brumano, oder der von Fuiipiano, der in zweieinhalb Stunden zur Berghütte Azzoni führt. Wer mehrere Tage gehen will, kann den Hochtalweg zurücklegen, der das Valle Imagna Tal dominiert und in einer Höhenlage überquert. Man startet in Roncola, geht am Pertus und an dem zu Bergamo gehörende Hang des Resegone vorbei und erreicht den Zuc di Valbona, den Madonna dei Canti und die Tre Faggi, bevor es in Berbenno wieder bis nach Clanezzo bergab geht.

Reittrekking

Eine Art und Weise, die Schönheit dieses Tals zu entdecken, sind gewiss die Reittrekkingtouren auf Wanderwegen und Saumpfadern. Im Valle Imagna gibt es tatsächlich verschiedene Ferienlandhäuser und Reitschulen, die ein- oder mehrtägige Reittouren oder einfache Reitspaziergänge entlang geeigneter Trekkingwege organisieren. Einige Strukturen bieten auch den Besuch von Reitschulen an.

Auf der Entdeckung der Grotten

Das Valle Imagna ist die wahre Königin der Grotten im Raum Bergamo. In dieser Berggegend gibt es zahlreichen Grotten von unterschiedlicher Größe. Die örtliche Speläologengruppe „Gruppo

Speleologico“ organisiert Besichtigungen der Grotta Val D'Adda in Sant'Omobono Terme, des Büs di Cornei in Ubiale Clanezzo - eine der ältesten Grotten, und der Tomba dei Polacchi in Rota d'Imagna, die sich sogar 4 km horizontal erstreckt und vermutlich eine Kultstätte der Vorgeschichte war.

— Kuriositäten

- 1. Kultur.** Die Ortschaft Arnosto ist einen Besuch wert. Der Besuch des Museums, in dem eine Sammlung der von Bauern, Züchtern und Handwerkern verwendeten Werkzeugen zu sehen ist, ist ein Sprung in die Vergangenheit auf der Entdeckung des Lebens der Bevölkerungen der Voralpengebiete.
- 2. Kunst.** Die Madonna della Cornabusa ist eine Wallfahrtskirche, die in einer natürlichen Grotte steil über dem Tal eingerichtet ist und an einem unwegsamen und ruhigen Ort liegt.
- 3. Traditionen.** Sivil heißt die traditionelle 3-Loch-Flöte, ein charakteristisches Musikinstrument, das von Holzdrehern hergestellt wurde.
- 4. Shopping.** In Almenno San Bartolomeo findet an jedem dritten Sonntag des Monats am Hof Corte di San Tomé ein Bauernmarkt statt, an dem man die naturreinen Produkte der Gegend kaufen kann.
- 5. Veranstaltungen.** „Imagna Longa“ heißt die weingastronomische Wanderung, die im September stattfindet und auf der man die typischen Produkte und Gerichte des Tales entdecken kann.

—
Pan Tre Faggi.

Bergamo Valle di Scalve durch Natur und Stille

— Wanderungen 3



Ein Tal, das dank der smaragdgrünen Farbe der Kiefernwälder und der Dolomitengipfel, die den Ort Schilpario umgeben, geradezu erobert. Ein geeignetes Reiseziel für alle Naturliebhaber, die vom Lärm fliehen

Trekking für alle, steil über dem Fluss Dezzo

Die traditionelle Via Mala am Fluss Dezzo ist eine für jedermann geeignete Trekkingtour zwischen vertikalen Felswänden und tiefen Schluchten. Die vollkommen gesicherte Tourismusstrecke ist etwa 2 Kilometer lang und führt in 80 m Höhe steil über dem Fluss auf der alten, aus den Felsen gewonnenen Straße entlang. Die Strecke führt zum Wasserfall von Travertino. Eine ebenfalls schöne Wanderung startet am Wohnort Schilpario und führt zum Valle del Vò, zwischen dem Monte Bognaviso und dem Pizzo Tornello.

Abenteuer mit dem Mountainbike

Atemberaubende Aussichtspunkte, eine makellose Natur, zu überquerende Furte und natürliche Hochseen mit allen Grün- und Hellblautönen. Das sind die schönsten Dinge, die man mit einem Mountainbike entdecken kann. Unter den Touren, die das Tal bietet, sollte man die Rundfahrt versuchen, die in Schilpario beginnt, an Vivione vorbeiführt, zum Passo del Gatto steigt, bis zu den kleinen Venerocollo Seen gelangt und dann nach 32 km wieder nach Schilpario bergab führt. Eine weitere Trekkingtour von 34 km mit dem Mountainbike führt in 4 Stunden von Colere bis zum Staudamm von Gleno und kehrt dann zurück nach Colere. Dann gibt es noch die Tour, die von Schilpario zur Berghütte Campione und zum kleinen Campelli-See und nach 29 km zurück zum Ausgangspunkt führt.

Klettern am Steilhang

In Colere kann man den nicht langen aber anspruchsvollen Steilhang Falesia Belingheri ausprobieren, den Falesia Piantoni, oder den technischen Falesia Vallone am Ort Castello, der ein gutes Training und eine gute Kletterfähigkeit verlangt. Dann gibt es noch den Wasserfall Cascata del Vò, der im Winter vereist und von Bergsteigern als Klettergarten geschätzt wird.

— Kuriositäten

- 1. Kultur.** Ein Besuch im Ethnographischen Museum in Schilpario führt ins Innere des Berges, wo man die Geheimnisse der Bergwerke entdecken kann.
- 2. Geschichte.** In Bueggio kann man nach einer einfachen Wanderung noch die Überreste des 1923 eingestürzten Staudammes von Gleno sehen.
- 3. Wein und Delikatessen.** In Vilmaggiore, einem Ortsteil von Vilminore, lohnt sich ein Besuch bei der Molkerei Latteria Sociale Montana, in der die berühmten Formaggelle erzeugt werden.
- 4. Natur.** Ein Besuch im Arboreto Alpino in Gleno belehrt über die Bäume der Gegend und sorgt für einen Tag Entspannung.
- 5. Sport.** Im Fluss Dezzo kann man Bachforellen, Regenbogenforellen und Bachsaiblinge fischen.

— Das Scalve-Tal, Ansicht.



Bergamo Valle Seriana und das Bergmassiv Presolana

—Wanderungen 4

Die Berge des Valle Seriana Tals kann man vollauf erleben und zu Fuß, mit dem Mountainbike oder in unterhaltsamen Offroad-Trekkingtouren mit einem Quad entdecken

Mehr als tausend Kilometer lange Strecken, die durch Weiden und kristallklare Alpenseen führen, kann man in Tageswanderungen entdecken, oder in mehreren Etappen auf dem Sentiero delle Orobie vor dem Presolana, dem wahren König dieser Berge. Das Valle Seriana ist ein ideales Ziel für Wanderungen und einen Urlaub zwischen Entspannung und Kultur, aber auch für aufregende Erfahrungen: Downhill-Rollern, Klettern auf Steilhängen, oder Canyoning in einer wahrhaftig eindrucksvollen natürlichen Umgebung.

Trekking

Im Valle Seriana gibt es zahlreiche einfache Wanderungen, die für Familien geeignet sind. Darunter der einstündige Aufstieg zur Baita Cassinelli mit ihrem zauberhaften Ausblick auf das Presolana-Bergmassiv und auf das darunter liegende Tal, sowie der Aufstieg zur Berghütte Alpe Corte inmitten eines wunderschönen Kiefernwaldes mit rundum den Dolomitenwänden, wo auch die Kleinsten ihre Freude haben. Von der Berghütte ausgehend kann man auch den Sentiero delle Farfalle mit Informationsschildern über die natürlichen Eigenschaften der Gegend einschlagen. Wer gerne anspruchsvollere

—
Der Pizzo Coca.



Trekkingtouren unternimmt, kann vom Colle di Zambra die 3-Stunden-Tour zum Cima Grem unternemen, ein besonders schöner Weg, der vom Passo Zambra ausgehend auf dem Grat der Berge verläuft. Auf diesem Weg trifft man auf die Abzweigung, die zur Berghütte Alpe Grem führt. Eine weitere, lange aber erfüllende 4-Stunden-Wanderung auf den Monte Visolo bietet Ausblicke auf das Valle Seriana, auf das Presolana-Bergmassiv und auf den Pizzo Corzene.

Klettersteige und Steilhänge zum Klettern

Der Klettersteig Ferrata del Monte Alben eignet sich nur für erfahrene Bergsteiger in guter körperlicher Verfassung und beschert sie mit einer wilden Landschaft aus Felsnadeln und Felswänden. Das Valle Seriana bietet auch zahlreiche Klettermöglichkeiten. Die von den Climbern meistbesuchten Plätze sind der Grottone di Onore und die Steilhänge Falesia di Lantana in Castione della Presolana, Falesia di Valgua in Albino, Falesia di Cornagera in Aviatico und der Steilhang in der Ortschaft Fontanei in Gandino.

Emotionen mit dem Mountainbike

In Spazzi di Gromo finden Downhill-Roller Abhänge für jeden Geschmack. Hier bietet der Bike Park aufregende Strecken mit zunehmendem Schwierigkeitsgrad, die sich sowohl für Anfänger wie auch für Experten eignen. Der Bike Park bietet einen Verleihdienst für die Ausrüstung, damit Sie das Downhill-Rollen ausprobieren können. Bei der Selvino-Tour handelt es sich dagegen um einen etwa 25 km langen Ring auf unterschiedlichen Geländearten, den man mit dem Mountainbike zurücklegen kann. Auch die zwei getrennten Strecken des insgesamt 55 km langen Radweges im Valle Seriana sollte man ausprobieren. Der Radweg der Alta Valsesiana von Gromo bis Valbondione verläuft abwechselnd durch Wälder, Wiesen und kleine Ortschaften. Bergauf durch das Tal wird die Landschaft gebirgig und der Serio ähnelt immer stärker einem Bach, mal ruhig, mal mit Stromschnellen zwischen großen Felsblöcken. Auf dem Weg sind die schönsten und eindrucksvollsten Gipfel des

Bergamasker Landes zu beobachten, wie der Diavolo di Tenda, der Redorta, der Pizzo Coca, und die Berge Gleno und Tarena.

Adrenalin pur - in Wasser und Luft

In dem nur wenige Kilometer von Valbondione entfernten Dorf Fiumenero befindet sich eine wunderschöne Schlucht, die sich für das Canyoning eignet. Abseilungen, Sprünge (wiederholbar), Abklettern und die Emotion einer vom Wasser aus den Felsen gebildeten natürlichen 20m-Rutschbahn machen aus diesem Wassertrekking ein unvergessliches Erlebnis. Wer lieber fliegt, hat vom Monte Farno, vom Monte Arera, Ganda, Monte Blum und Scanapà ausgezeichnete Startpunkte fürs Gleitschirmfliegen. Die Gleitschirmschulen in Gandino, Aviatico und Rovetta bieten Flüge für Anfänger (Zweisitzer) und Experten.



Nebenan

Die Cassinelli Hütte, Seriana-Tal.

Unten

Madonna della Gamba, Albino.

— Kuriositäten

1. Kunst. Die Tour der marianischen Wallfahrtskirchen bringt die Besucher zu vielen Gotteshäusern, darunter die Wallfahrtskirchen Santuario della Madonna dello Zuccarello in Nembro, Santuario della Beata Vergine del Miracolo in Albino, Santuario della Madonna delle Grazie in Ardesio und Santuario della Madonna delle Grazie in Cene.

2. Geschichte. Das Dorf Gromo ist Mitglied der Vereinigung „I Borghi più belli d'Italia“ (die schönsten Dörfer Italiens) und ist gewiss einen Besuch wert. Gromo befindet sich auf einer felsigen Anhöhe inmitten von Wiesen und Tannenwäldern und ist wegen der Eisen- und Silbergruben und seiner Fabriken für blanke Waffen als „Klein-Toledo“ bekannt.

3. Abenteuer. Der Abenteuerpark in Pineta di Clusone ist ein ideales Ziel für einen unterhaltsamen Tag mit der ganzen Familie im Grünen. Im Park gibt es 5 Strecken in 2 bis 15 m Höhe, von denen man in voller Sicherheit per Flaschenzug ins Leere springen und auf hängenden Punkten gehen kann.

4. Off-road. In Monte Pora kann man am Pian Del Termen Quad-Touren unternemen. Eine lange Tour beginnt im Valle Seriana und führt durch Wälder, über Wege, Saumpfade und Furte, auf der Entdeckung der Täler in der Gegend von Bergamo, vorbei am Parco delle Orobie, dem Presolana-Bergmassiv und am oberen Lago d'Iseo.

5. Natur. Eine spannende Trekkingtour zu den Cascade del Serio sollte man während der 5 spektakulären jährlichen Öffnungszeiten zwischen Juni und Oktober nicht versäumen. In Valbondione beginnt eine Wanderung in Richtung der Berghütte Antonio Curò, die zur besten Beobachtungsstelle dieses mehr als 300 m hohen Wasserfalles führt.

Bergamo Drei kleine Schmuckstücke der Natur

— Wanderungen 5



Fern von den großen Tourismusrouten, aber in der Nähe des Valle Seriana, gibt es drei kleine Täler, die man noch alle zu Fuß oder mit dem Mountainbike entdecken kann

Drei kleine Seitentäler des Valle Seriana, in denen die Natur noch makellos ist, mit vielen Bächen, Wildbächen, kleinen Wasserfällen und Tümpeln, die man auf entspannenden Wanderungen mit der ganzen Familie genießen kann.

Trekking zum Lago Spigorel

Eine schöne Wanderung, die in zweieinhalb Stunden (nur hin) in dieses kleine Tal führt, ist der in Trezzi Alti beginnende Aufstieg zum See Spigorel. Nachdem man an der Cappella di San Carlo vorbeigegangen ist, geht es durch Wälder und eine dichte Vegetation weiter, bis zu einer großen Weide mit einer weitreichenden Aussicht auf den mächtigen Monte Avert im Hintergrund. Dann geht es weiter durch einen weiteren schönen Wald, bis man auf der letzten Strecke zum See gelangt.

Die kristallklaren Gewässer des Valvertova

Eine Tour inmitten der Natur führt zum Bivacco Testa. Ein Weg, der sich durch klare Wasserfälle, die Riesentöpfe und eine üppige und makellose Vegetation schlängelt. Die Wanderung beginnt in Vertova, wo man einen Saumpfad einschlägt, der den Wildbach entlangführt und zuerst zum Wasserfall im Val de Gru und dann zu den Weiden des Merèl gelangt. Auf dem weiteren Weg kommt man an einer wunderschönen Schlucht vorbei, bevor man in Richtung Colle di Pradaccio und dann zum Biwak Testa steigt.

Die Felspyramiden und die Weiden im Val Sanguigno

Die Berghütte Granpace ist das Ziel dieser

schönen Wanderung durch das Val Sanguigno. Die einstündige Tour beginnt am Wasserkraftwerk in Aviasco und schlängelt sich durch Wälder, blumenreiche Wiesen, Weiden, Tümpel und kleine Wasserfälle. Nicht selten kann man auf dem Weg Rehen und Hermelinen begegnen.

— Kuriositäten

1. Geschichte. Im Val Sedornia gehört der Mazzo Altare zu den ältesten Zeugnissen: Ein Fels, der auf wenige Jahrhunderte nach der Geburt Christi zurückführt.

2. Kunst. Gandellino im Val Sedornia ist ein malerisches Dorf, in dem Ruhe herrscht und die Krypta im Innern der Kirche San Martino besichtigt werden kann.

3. Sport/1. Die Wege der Täler Vertova, Sedornia und Sanguigno kann man auch mit einem Mountainbike zurücklegen.

4. Sport/2. Im Wildbach Vertova kann man fischen. Es ist jedoch zu beachten, dass einige Strecken des Wildbaches Schutzgebiete sind, in denen Fischverbot herrscht.

5. Veranstaltungen. Die Veranstaltung „I sapori della nostra terra“ (Die Geschmäcker unserer Gegend) in Vertova ist eine Gelegenheit, die Volkstradition zu entdecken, alte Handwerke wieder zu erleben und die typischen Produkte zu kosten und zu genießen.

— Wasserfall im Gru-Tal.



Brescia

Durch Natur und antike Bergwerke: Das Val Trompia

— *Wanderungen 6*

Ein Urlaub auf der Entdeckung der natürlichen Schätze im Val Trompia, zwischen Berghütten und den Wegen der Berge Guglielmo und Maniva und in den Wäldern von Zone

Die Berge und Berghütten im Val Trompia haben schon immer eine erhebliche Anziehungskraft auf alle leidenschaftlichen Wanderer ausgeübt, denn hier können sie sich entlang der über 70 Touren ihre Beine ausgiebig vertreten und Ausblicke von ungewöhnlicher Schönheit genießen, die vom Adamello bis zur Bergkette des Monte Rosa reichen und den Eindruck verleihen, die Alpen mit den Händen fassen zu können.

Die Wege des Guglielmo

Wer im Val Trompia wandern will, muss sich mit dem Guglielmo messen, denn dieser Berg ist das Symbol des Wandersports im Raum Brescia. Es gibt viele Wege, die von den Dörfern an den Abhängen des Berges ausgehend bis zum Gipfel führen. Einer der eindrucksvollsten Ausgangspunkte ist der, der in Zone beginnt, wo man auch die als ‚Kamine der Feen‘ bekannten ‚Piramidi‘ beobachten kann, die das Ergebnis einer jahrtausendelangen Erosion des Wassers sind. Diese überraschenden natürlichen „Skulpturen“ befinden sich inmitten eines Naturschutzgebietes. Der zuerst sanfte und abschließend anspruchsvollere Aufstieg führt am Rio Valbures entlang, vorbei an der

—
Das regionale Naturreiservat der Erosionspyramiden von Zone.



kleinen Kirche Madonna del Disgiolo, an der Weide der Alm Aguiua und an der Berghütte Almici, und man erreicht das Ziel nach zweieinhalb Stunden Wanderzeit. Auf dem Rückweg kann man an den Almen Palmarusso und Casentiga den Weg einschlagen, der durch den „Bosco degli Gnomi“ (Wald der Kobolde) führt, in dem 45 Holzstatuen des Künstlers Luigi Zatti zu sehen sind, die Sagengestalten als Waldbewohner darstellen. Auf diesem Weg gelangt man wieder zum Ausgangspunkt.

Der Val Trompia Ring

Der Val Trompia Ring ist ein Höhenweg, den man zu Fuß oder mit dem Mountainbike zurücklegt und der über die Bergkämme des gesamten Tals führt. Eine 130 km lange Wanderstrecke, die man in 5 Etappen zurücklegen kann, inmitten einer besonders eindrucksvollen natürlichen Umgebung mit ziemlich anspruchsvollen Streckenabschnitten. Man startet in Marcheno oder in Lodrino, überquert die Pässe Pezzeda, Portole und Sette Crocette, bis man zum Colle di San Zeno gelangt und von dort den Abstieg in Richtung Pontogna beginnt.

Wasserweg

An den Abhängen des Monte Ario ist das Gebiet Irma aufgrund der verschiedenen Grundwässer und Quellen von einer sehr wasserreichen Natur charakterisiert. Hier kann man am Wasserlernpfad entlang einen auch für Kinder geeigneten, einfachen Spaziergang unternehmen, vorbei an natürlichen Quellen und durch Rottannenwälder und Feuchtzonen. Auf diesem mit Informationsschildern ausgestatteten Weg erreicht man eine Lichtung mit der abschließenden interaktiven Station des Lernpfades. Außerdem kann man die Wanderung auf einem Wanderweg fortsetzen, auf dem man sich mit ein wenig Vorsicht dem mächtigen, ca. 50 m hohen Wasserfall Caldéra nähern kann.



Emotionen bergauf und bergab mit dem Mountainbike

Der Monte Maniva ist ein ausgezeichnetes Ziel für alle, die gerne wandern, aber vor allem für alle, die gerne Radfahren. Die Auf- und Abfahrten des Maniva, eine Stelle, an der viele Ringstrecken für Freeriders durchführen, vermitteln wunderschöne Landschaftsbilder und starke Emotionen. Eine weitere Strecke, die man mit dem Mountainbike ausprobieren sollte, führt vom Maniva zuerst zur Ortschaft Baremone - Anfo und dann zum Passo della Berga, wo eine sehr technische Abfahrt zum gleichnamigen Bach beginnt, die sich vor dem Ziel mit der Brücke Ponte di Romanterra kreuzt. Wer dagegen Adrenalin spüren möchte, muss sich für die Downhill-Strecken entscheiden, die vom Pezzeda durch Wälder und Wiesen flitzend bergab führen. Hier funktionieren die Sesselbahnanlagen, um die Benutzung des Bike Parks zu erleichtern und wieder nach oben fahren zu können.



Nebenan

Bergsteiger im Trompia-Tal.

Unten

Baremone, Blick auf den Idrosee.

— Kuriositäten

1. Geschichte. Das Val Trompia besitzt eine wichtige Bergbaugeschichte, die man durch Besichtigung der antiken Bergwerke erleben kann. Das erste Bergwerk befindet sich in Sant'Aloisio di Collio und ist das größte des Tales, das zweite Bergwerk Marzoli in Pezzaze kann man auch mit dem kleinen Zug der Bergarbeiter besichtigen. Hier kann man auch das Museum „Il mondo dei minatori e l'arte del ferro“ (die Welt der Bergarbeiter und die Eisenkunst“) besichtigen.

2. Kunst. In Gardone Val Trompia liegt der Klosterkomplex Santa Maria degli Angeli, der 1947 zum Nationaldenkmal erklärt wurde und in dem sich die Basilica Santa Maria degli Angeli befindet.

3. Kultur. Auch das ebenfalls in Gardone Val Trompia befindliche Waffenmuseum ist einen Besuch wert. Hier sind Exemplare von Waffen und Rüstungen mit zahlreichen Schusswaffen aufbewahrt, die sogar aus der Zeit um 1500 stammen. Die Räume enthalten einen großzügigen Lehrbereich mit Modellen, Filmen und der Geschichte der technologischen Bearbeitungsprozesse.

4. Sport für die Familie. Ein leichter Radausflug mit der ganzen Familie auf dem Radweg entlang des Flusses Mella: Die Strecke wechselt von ein einem zum anderen Flussufer und die Besucher können das antike römische Aquädukt, den Park der Villa Glisenti, das antike Kalkwerk ‚Calchere‘ und das Museum der antiken Schmiede ‚I Magli di Sarezzo‘ sehen und bis zum Fuße des Valle Vandeno fahren.

5. Wein und Gastronomie. Auf der Weinstraße Colli dei Longobardi, auf der Entdeckung des Botticino D.O.C. und des Capriano del Colle D.O.C.. Das sind die Weine der Gegend. Der Ausgangspunkt der Strecke ist das Weingelände Pusterla der Burg von Brescia, das größte städtische Weingelände in Europa.



Brescia Natur, Geschmack und Traditionen: Das Val Sabbia

— Wanderungen 7



Von den mehrtägigen Trekkingtouren mit Rast an den Berghütten, bis zu den kurzen Spaziergängen für jedermann, rund um den kleinen Lago d'Idro an der Talsohle

Das Val Sabbia ist ein wahres Entspannungsparadies, das man entdecken sollte: Mit dem durchfließenden Fluss Chiese, dem See Lago d'Idro und dem dominierenden und leuchtenden Grün der Eichen- und Kastanienwälder kann man hier das Leben auf den Almen entdecken, wo der berühmte Käse Bagoss entsteht.

Fresken. In den Kirchen des Dorfes kann man Werke berühmter Maler wie Tiziano und Tintoretto bewundern. Dieses Tal ist reich an Kulturgütern. Die napoleonische Festung Rocca d'Anfo ist eine der größten Militärfestungen in Europa und gewiss einen Besuch wert.

Jedem den passenden Weg

Von den traditionellen mehrtägigen Trekkingtouren, vorbei an kleinen Kasernen, Schützengräben und Forts des 1. Weltkrieges, wie die Tour Alta via del Caffaro, wo die Natur überall der Protagonist ist und man Gemsen, Steinböcken, Hirschen, Rehen und Murmeltieren begegnen kann, bis hin zu den anspruchsvolleren Tagestouren, die man in 4 Stunden zurücklegt, wie die von Gaver ausgehende und an der Berghütte Tita Secchi und am Lago della Vacca vorbeiführende und dann zum Cornone di Blumone aufsteigende Tour. Im Val Sabbia fehlt es gewiss nicht an Möglichkeiten für Familienausflüge. Sehr interessant und geschätzt wird die Strecke, die von der Berghütte Tassara auf den Monte Frerone hinaufführt. Die Talwege eignen sich auch für Trekkingtouren mit dem Pferd, oder - aber nur bis zu den Berghütten - mit dem Mountainbike. Wer dagegen eine Kletterpartie bevorzugt, findet am Cornone di Blumone seinen Anhaltspunkt.

Ein paar Schritte durch Mittelalter und Traditionen

Ein Must für alle, die das Val Sabbia besuchen, ist der für seinen Karneval und als Ursprung für den Käsesorten Bagoss berühmte Ort Bagolino. Wirklich einzigartig ist die mittelalterliche Atmosphäre, die man beim Schlendern durch die „piastroi“ verspürt: Diese engen Straßen schlängeln sich durch die eng aneinander gebauten Häuser der Altstadt mit ihren sehr bedeutungsvollen dekorativen und architektonischen Elementen, wie kleine Terrassen, Unterführungen, Schmiedeeisengitter, Portiken, Balkons und

— Kuriositäten

1. Archäologie. Die Fundstücke im Archäologiemuseum in Gavardo erzählen die Entwicklung der Zivilisation im Val Sabbia. In den Sälen des Museums ist auch das Skelett eines Bären ausgestellt.

2. Kunst. In Sabbio Chiese befindet sich die Wallfahrtskirche Santuario della Madonna della Rocca: Eine antike Burg, die in ein Oratorium verwandelt wurde, mit zwei übereinander angelegten Kirchen. Im Innern kann man auch das Museum der Bauernzivilisation, Museo della Civiltà Contadina' besichtigen.

3. Abenteuer. Im Parco delle Fucine in Casto kann man eine Wandkletterpartie ausprobieren, oder Abenteuerstrecken durch Canyons, Tibetische Brücken, Slack Lines und Zip Lines folgen. Für Kinder ist ein spezifischer Bereich mit Ausrüstungen eingerichtet.

4. Gastronomie. Der Spieß ist der König der Küche im Val Sabbia, dessen Botschafter die Käsesorten Bagoss und Formaggella Valle Sabbia sind. Probieren sollte man die Wurst Salame Dos, den Rosenkuchen Torta di Rose und den bitteren Zucker.

5. Einkaufen. Bei den Käsereien kann man die Geheimnisse der Herstellung der edlen Käsesorten des Val Sabbia entdecken und Leckereien einkaufen.

— Der Vacca See.



Brescia

Berge antiker Geschichte: Valle Camonica

— *Wanderungen 8*

Diese Berge bewahren ein Weltkulturerbe und bieten Urlaubserlebnisse in Kontakt mit der Natur bei Kletterpartien, Spaziergängen und Radausflügen

Wanderungen

Das Camonicatal ist eine weite Ausdehnung, die sich in den Zentralalpen erstreckt. Das Tal, das vom Fluss Oglio durchströmt und von der Adamellogruppe überragt wird, birgt eine der weltweit größten Sammlungen an prähistorischen Felszeichnungen. Es gilt als erstes UNESCO Weltkulturerbe in Italien, das in die Liste eingetragen ist. Ein Besuch dieser Orte, wo Seen, Berge, Naturparks und grenzenlose Landschaften nicht fehlen, bedeutet, eine Zeitreise durch zehntausend Jahre zu unternehmen: vom Mesolithikum bis in unsere Tage.

5 Hütten – die Tour des Val Malga

Von der Ponte del Guat (Guat-Brücke) im Malgatal aus gibt es eine schöne Tages tour, die die Wanderer durch das Tal zu den gemütlichen Hütten Rifugio Premassone, Tonolini, Baitone und Gnutti im Camonicatal führt. Von letzterer nimmt eine Bergtour zum Gipfel des Adamello ihren Ausgang. Dies ist eine mittelschwere Trekkingtour, die ein wenig Achtsamkeit im Abschnitt zwischen Gnutti und Baitone erfordert und die in 4

—
Wanderer bewundern die Gipfel des Adamello.



Stunden Gehzeit bewältigbar ist. Wer hingegen eine mehrtägige Wanderung einplanen möchte, kann dem „Alta via dell'Adamello - Strada Nr. 1“ (oberen Adamellotal - Weg Nr. 1) folgen, ein wunderschöner Weg, für den eine ausgezeichnete körperliche Verfassung sowie eine für das Hochgebirge geeignete Alpinusrüstung erforderlich sind, da einige gesicherte Abschnitte zum Teil sehr exponiert sind (fixe Seile, Leitern usw.). Der Weg, der von Breno nach Edolo führt, darf nur von Alpinisten oder in Begleitung von Bergführern in Angriff genommen werden. Bei jeder Etappe kann man von der jeweiligen Hütte aus kurze und mittellange Abstecher unternehmen. Die Tour bietet sich auch für Tagesexkursionen an, da es Zugangswege und Verbindungen zur Talsohle gibt.

3-tägige Gletschertour

Am Adamello lässt sich Trekkingfahrt bis zum Gletscher hin erleben. Der Pian di Neve ist unter Bergwanderern ein beliebtes Ziel, da man an klaren Tagen ein großartiges Panorama bis zum Monte Rosa hin genießen kann. Die Liebhaber des Alpinismus können sich auf dem Sentiero dei Fiori versuchen, einem exponierten Klettersteig mit unglaublichen Aussichtspunkten, der für geübte Bergsteiger mit Ausrüstung geeignet ist.

Der Oglio-Radweg

Von gemütlichen Ausflügen zu großen Bergfahrten oder auf unasphaltierten Wegen steil bergab: radelnd das Camonicatal zu entdecken, ist ein wahres Spektakel. Vom Tonalepass beginnt ein Rad- und Gehweg, der rund 280 Kilometer Wegstrecke entlang der Ufer des Oglio miteinander verbindet und vielfältige Landschaften des Tales durchquert, bis an die Ufer des Iseosees, inmitten der Weingärten der Franciacorta. Für Mountainbikefans bietet die Adamello Bike Arena mehr als 500 Kilometer Wegenetz zwischen dem Camonicatal und dem Sulzital, vorbei an den Parco Nazionale dello Stelvio (Naturparks des Stilfserjochs) und des Adamello.



Am Tonalepass kann man auch die Downhill - und Freeridestrecken probieren.

Bienno, eines der schönsten Dörfer Italiens

Bienno gehört zu „Club de I Borghi più belli d'Italia“ (dem Club der schönsten Dörfer Italiens) und bietet seinem Besucher die Möglichkeit, die mittelalterliche Atmosphäre nachzuempfinden. Auf einem Spaziergang durch die Straßen des Dorfes kann man die charakteristischen Turmhäuser und die Adelspaläste betrachten, das „Fucina Museo“ (Schmiedemuseum) besichtigen, in dem eine mit Wasserkraft beeindruckende Hammerschmiede und Mühle mit angeschlossenem „Museo della vita contadina“ (Museum der bäuerlichen Kultur) zu sehen ist. Nicht zu vergessen die Kirche Santa Maria Annunciata, in deren Inneren wunderschöne Fresken von Romanino, einer der wichtigsten Interpreten der lombardischen Malerschule sowie des lokalen Malers Pietro da Cemmo und seiner Werkstatt zu bewundern sind.

Nebenan

Der Seroti See.

Unten

Der Sforzellina Gletscher nördlich des Gavia-Passes.

— Kuriositäten

1. Kunst. Sehenswert ist die Kirche Pieve di San Siro sowie das Kloster „Monastero di San Salvatore“ in Capo di Ponte, Zeugnisse der Romanik im Camonicatal, sowie die Wallfahrtskirche „Santuario della Via Crucis“ von Cervo mit dem Heiligen Berg.

2. Geschichte. Das Camonicatal, das auch als das Tal der Zeichen bekannt ist, bewahrt ein vielfältiges Erbe an Felszeichnungen. Lohnenswert ein Besuch des Nationalparks Naquane in Capo di Ponte und des Museums Mupre im Camonicatal. Weitere Parks befinden sich in Darfo Boario Terme, Ceto, Cimbergo, Paspardo, Sellero, Sonico und Ossimo.

3. Sport. Als Synonym für einen Aktivurlaub, sowohl im Sommer wie im Winter, bietet das Camonicatal zwischen Pontedilegno-Tonale, Borno, Montecampione und dem Apricapass viele Möglichkeiten: Trekking, Touren für MTB, Rennräder und Radtourismus, Kletterpartien, Ski, Snowboard, Schneeschuhe und vieles mehr.

4. Wein und Gastronomie. Die Molkereiprodukte verdienen die Aufmerksamkeit der Gourmets, insbesondere der Fatuli (Presidio Slow Food), ein geräucherter Ziegenkäse, der aus der Rohmilch der Ziege „Bionda dell'Adamello“ erzeugt wird, den man in den Hütten des Val Saviore (Savioretals) gustomieren kann sowie der Silter Doc, ein Almkäse mit Kuh-Rohmilch.

5. Veranstaltungen. Im Juni wird die „Fiera della Sostenibilità della Natura Alpina“ (Messe Nachhaltigkeit für alpine Natur) von der Berggemeinschaft Valle Camonica - Parco dell'Adamello organisiert. Nicht zu vergessen die Marktausstellung von Bienno mit über 200 Ausstellern aus ganz Italien und gastronomischen Ständen mit traditionellen Gerichten aus dem Val Camonica. Schließlich die Veranstaltung „Del Bene e del Bello“, vom Guten und vom Schönen, die dem Kulturerbe gewidmet ist.



Brescia Concarena, Gavia und Mortirolo: Abenteuer zu Fuß und mit dem Rad

— Wanderungen 9

Das wilde Camonicatal: von Schluchten für erfahrene Bergsteiger bis zu den Bergetappen, die Geschichte des Giro d'Italia geschrieben haben

Das neue Schutzgebiet „Parco Locale di Interesse Sovracomunale delle Dolomiti Camune“ (Lokaler Naturpark von überkommunalem Interesse der Dolomiten des Camonicatal) mit seinem wilden, beinahe noch unberührten Landschaften, wie das Massiv der Concarena, ist ein Eldorado für Alpinisten oder Bergwanderer, die den besonderen Kick und keine leichte Freizeitwanderung suchen. Raue, grandiose Kulissen und das Gefühl, vom Rest der Welt abgeschnitten zu sein, dominieren die labyrinthförmigen Mäander der Ausläufer, Vorgebirge und Grate, die in der Cima della Bacchetta münden. Ergänzt wird das touristische Angebot des Camonicatal durch die legendären Pässe des Giro d'Italia, allen voran der Mortirolo und der Gavia.

Wo die Wälder aufhören und das Abenteuer beginnt

Endlose Steilhänge oberhalb der Wälder, schroffe Schluchten, Felskulissen und Türme, die ein wahres Labyrinth entstehen lassen. So präsentiert sich der Aufstieg auf den Gipfel der Bacchetta della Concarena, eine wenig bekannte Tour, die 4,5 Stunden dauert, sehr anspruchsvoll ist, und Training und Erfahrung im Gebirge voraussetzt. Faszinierend und mysteriös ist die Concarena, die heute noch einige Zonen aufweist, die fast unentdeckt sind und nicht einmal in der Karte aufscheinen.

Touren und Aufstiege für Gänsehaut

Die einfachen Touren sind die zweieinhalbstündige Trekking-Tour im Varadegatal, ausgenommen der letzte Abschnitt, die zwei Stunden lang Tour auf den Monte Pagano, sowie der Aufstieg

zu den Seen Laghi Seroti da Monno. Dafür sind drei Stunden Gehzeit nur für den Aufstieg und viel Aufmerksamkeit erforderlich. Wer hingegen eine sehr anspruchsvolle, mehrtägige Wanderung im Hochgebirge anstrebt, kann den Weg probieren, der von dem Ortsteil Case di Viso, entlang von Saumpfaden, Wegen des Ersten Weltkrieges und Schutzhütten zum Gletscher des Sforzellina der Gaviagruppe führt.

— Kuriositäten

- 1. Kultur.** Sehenswert der Nationalpark mit den Felsritzungen von Naquane und das Mupre Museum, das Einblicke in die Geschichte des Volkes der Camunen gewährt.
- 2. Wein und Gastronomie.** Eine Tour von Ono San Pietro und Cerveno bis nach Losine entlang der antiken Via Valeriana auf halber Höhe der Concarena zwischen grünen Weingärten, Feldern, duftenden Wiesen und Besuchen in Weinkellern.
- 3. Traditionen.** In Ono San Pietro wird zu Herbstbeginn der alte Brennofen wieder in Betrieb genommen. Zehn Tage lang werden Initiativen rund um diesen Beruf aus der Vergangenheit organisiert.
- 4. Sport.** Pferdetrekking – die Region mit ihren Naturschönheiten, Kunst und Kultur erleben.
- 5. Fischen.** Wer das Fischen in kristallklaren Gewässern liebt, kommt hier voll auf seine Kosten – ob am Fluss Oglio oder an den zahlreichen Wildbächen.



— Der Gavia-Pass.



Como

Das Larianische Dreieck: Corni di Canzo

— *Wanderungen 10*

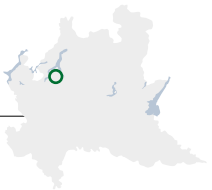
Herrliche Bergwelt für Outdoorliebhaber – von Kletterwänden über Boulder-Findlinge bis hin zu Höhentrekking mit Ausblick auf den See

Das Larianische Dreieck (Triangolo Lariano) ist ein natürlicher „Balkon“ zwischen den Alpen und der Ebene. In dieser wunderschönen Landschaft vor der Kulisse des von Schriftstellern und Dichtern gefeierten Comer Sees, der reich an Geschichte, Kunst und kleinen Bergdörfern ist, findet man schroffe Wände und bizarre Felsnadeln, neben sanften Erhebungen, die von Wiesen und Wäldern bedeckt und von Flüssen, Bächen und Wasserfällen durchzogen sind.

Der Aufstieg auf die Corni

Die Tour auf die Corni di Canzo zählt zu den Klassikern und bietet drei Varianten. Den Gipfel erreicht man entweder über den längsten Weg von Canzo, von Oneda Valbrona oder als dritte Möglichkeit von Valmadrera aus (Gehzeit 2,5 Stunden). Diese führt durch einen Wald bis zum Plateau unter der Schutzhütte SEV, wo sich das Panorama öffnet. Bergwanderer, die die Erhebungen des Larianischen Dreiecks erkunden wollen, können dem Bergrücken entlang

—
Der Comersees vom Corno Occidentale aus.



gehen. Diese 2 - Tages-Tour mit einer Länge von 30 km verläuft auf Feldwegen, land- und forstwirtschaftlich genutzten Straßen und bequemen Pfaden, weist keine Schwierigkeiten auf, überrascht aber mit herrlichen Panoramablickten. Ausgangspunkt ist Brunate, das von Como mit der Standseilbahn aus erreichbar ist. Ziel ist Bellagio.

Trekking auf dem Cornizzolo

Ein weiterer sehr interessanter Berggipfel für Wanderungen ist der Cornizzolo. Der Aufstieg zu Fuß verläuft auf dem „Geologischen Pfad“ von der Ortschaft Gajum di Canzo aus. Recht anspruchsvoll ist die Tour, die von der Abzweigung zum Ceppo dell'Angua in 2 Stunden zur Schutzhütte SEC führt. Von hier erreicht man in weiteren 20 Minuten den Gipfel des Monte Cornizzolo. Weitere alternative Wege auf den Cornizzolo gehen von der Ortschaft Lazzaretto di Canzo (1,5 Stunden Gehzeit) oder von der Alpe di Carella aus, wo die Straße durch eine Schranke gesperrt ist. Von hier geht es zu Fuß weiter (Gehzeit 1,5 Stunden).

Felswände und Findlinge zum Klettern

Die Steilwände des Larianischen Dreiecks gehören zu den beliebtesten Zielen von Klettersportlern. Obwohl diese nicht sehr hoch sind, sind dennoch Erfahrung und technisches Können selbst für versierte Klettersportler erforderlich. Da es hier viele Findlinge vor allem entlang des glaziologischen Pfades gibt, sind diese ein Eldorado für Boulders. Für Kletterer lohnenswert ist die Felswand Gajum oder die neue Kletterwand nahe Sasso d'Erba, ein abgelegener, ruhiger Ort mit einer besonders im Winter ausgezeichneten Ausrichtung. Der wenig frequentierte Sasso Tavarec weist einfache und anspruchsvolle Wege auf. Der Buco del Piombo in Erba lädt mit einer hohen Kalkfelswand zum Klettern ein.

Die „Mauern“ von Sormano und Ghisallo

Liebhaber des Radsportes können die Kraft ihrer



Beine auf den anspruchsvollen Bergklassikern Sormano und Ghisallo „messen“. Die vorgeschlagene Tour sieht eine Rundstrecke (50 Kilometer) vor, die in Nesso beginnt und auf dieser Strecke einzigartige Ausblicke gewährt. Man fährt vorwiegend auf Straßen, die für den Verkehr offen sind, weshalb Vorsicht geboten ist. Wer hingegen mit dem Mountainbike unterwegs ist, kann die Querung des Dreiecks von Como aus, hinauf nach Brunate und bis nach Bellagio in Angriff nehmen. Geradelt wird auf jeder Art von Gelände. Scheinbare Ebenen wechseln sich mit kurzen anspruchsvollen Strecken ab. Einige Passagen müssen aufgrund von Gestein zu Fuß zurückgelegt werden und das Fahrrad muss geschoben werden. Es handelt sich um eine technische Strecke mit engen Trassen und Steilhängen an der Seite. Eine weitere mit dem Geländerad lohnenswerte Bergtour führt auf die Colma di Sormano.



Nebenan

Die Abtei von San Pietro al Monte, Civate, Lecco.

Unten

Der Cornizzolo Berg.

— Kuriositäten

1. Kunst. Inmitten der grünen Hänge des Cornizzolo kann man die romanische Klosteranlage von San Pietro al Monte besichtigen, die sich rund eine Stunde Gehzeit von der Ortschaft Civate entfernt befindet. Mit der Basilika San Pietro und dem kleinen Oratorium San Benedetto zählt sie zu den wichtigsten Beispielen romanischer Kunst im Comer Raum.

2. Sport. Ein Tandemflug zwischen Bergen und Seen. Die Paraglitschule hat ihren Sitz in Suello am Fuße des Berges Cornizzolo. Auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln leicht erreichbar. Die Fluglehrer der Schule erwarten diejenigen, die den Rausch die Welt von oben zu sehen, probieren wollen.

3. Geschichte/1. Sehenswert ist ein Besuch der Wallfahrtskirche Santuario della Madonna del Ghisallo, Schutzheilige der Radfahrer sowie das Museum, das den Besuchern eine umfassende Sammlung von Gegenständen aus der Welt des Fahrrades und der Radrennen präsentiert. Hier kann man historische Räder, Räder großer Radchampions, Gegenstände, Fotos, Dokumente und Trophäen bewundern.

4. Geschichte/2. In Albese con Cassano wurde ein altes restauriertes Waschhaus als ethnographisches Museum adaptiert. Zu sehen sind Gerätschaften und Werkzeuge, darunter ein Waschbecken für die Wäsche, ein Brunnen und ein Feuerlöscher aus der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts, sowie Material für landwirtschaftliche Tätigkeiten.

5. Astronomie. Die Sternwarte von Sormano, die von der Gruppo Astrofilii della Brianza (Gruppe astronomisch Interessierter der Brianza) geleitet wird, widmet sich der Astrometrie und der Fotografie, insbesondere der Verfolgung von Asteroiden, die die Erdumlaufbahn kreuzen. Es liegen Listen mit realen Annäherungen von Asteroiden und Kometen an die Erde und die Planeten des Sonnensystems in den nächsten zweihundert Jahren auf.

Como Monte San Primo und der Palanzone

— Wanderungen 11



Auf den höchsten Gipfeln des Larianischen Dreiecks, von wo aus man einen herrlichen Rundumblick auf die Alpen kann man die Poebene genießen

Das Wegenetz der Berge San Primo und Palanzone, die höchsten Gipfel des Larianischen Dreiecks, sind ideal für diejenigen, die gerne, auch anspruchsvolle Tagestrekkingtouren unternehmen möchten. Die Mühe beim Aufstieg wird durch die Ausblicke belohnt, die man vom Gipfel aus genießen kann.

Trekking am Gipfel

Gegenüber von der Sternwarte Sormano nimmt der Weg seinen Ausgang, der nach einer Reihe von Auf und Abs, auf die Spitze des Palanzone führt, der das Larianische Dreieck überragt. Zurück kann man auf der Route über die Bocchetta di Palanzone gehen, nach rechts zum Rifugio Riella abbiegen, wo man eine Rast einlegen kann und dann weiter auf der Staubstraße zurück nach Colma di Sormano. Diese Wanderung ist für alle geeignet. Gehzeit rund 4 Stunden. Wer hingegen den Monte San Primo erklimmen möchte, kann eine einfache Route wählen. Von Piano Rancio aus, vorbei am Monte Ponciv und die Alpe Borgo und dann weiter auf dem breiten Kamm bis zum Gipfel des Monte San Primo.

MTB

Es gibt verschiedene Touren auf den San Primo, die sich durch ihre große landschaftliche Vielfalt auszeichnen. Zu den schönsten Mountainbike-

Routen gehören jene von Brunate herauf, jene an der Capanna Mara vorbei, die von Albavilla ausgeht sowie jene von Asso aus, die entlang von Forstwegen an den Hängen des Bergrückens des Monte Palanzone und des Monte Falò verläuft.

— Kuriositäten

- 1. Natur/1.** Von Interesse ist der botanische Weg, der von Pian del Tivano über die Alpe Baracca bis Alpetto di Torno führt.
- 2. Natur/2.** Die „Funghi di terra“ („Erdpilze“) von Rezzago sind kuriose Naturarchitekturen, die sich auf der rechten Seite des Tales befinden, durch das der gleichnamige Bach fließt.
- 3. Kultur.** In Faggeto Lario, in der Fraktion Palanzo, kann man eine alte Presse in einem alten Bauernhaus aus Stein besichtigen.
- 4. Kunst.** In Caglio kann man in den Straßen des Ortes die permanente Ausstellung unter freiem Himmel besichtigen, die dem Maler Segantini gewidmet ist.
- 5. Wein und Gastronomie.** Probieren sollte man die traditionelle Süßspeise namens Miascia, die aus altbackenem Brot, Milch, Eiern, Zucker, Butter, Äpfeln oder Birnen, Pinienkernen und Rosinen zubereitet wird.

— Der Gipfel des Palanzone Berges.



Lecco Valsassina und Grigne

— Wanderungen 12

Von Tagesausflügen für alle, über Kletterpartien an den Steilwänden der Grigne, bis hin zu herrlichen Trekkingtouren, die bis zu den Schutzhütten führen

Spaziergänge durch Wälder auf familienfreundlichen Pfaden oder Klettersteige für Abenteuerlustige, die den Adrenalinkick suchen: die Grigne sind die Berge für alle – man hat nur die Qual der Wahl, welche Route den eigenen Wünschen, der Kondition und der Erfahrung am besten entspricht.

Trekking zwischen Himmel und See

Es gibt viele Wanderwege, die auf die Berggipfel der Grigna Settentrionale (auch Grignone) und der Grigna Meridionale (auch Grignetta) führen. Eine der meist frequentierten Touren zu jeder Jahreszeit ist die von der Ostseite, die vom Colle di Balisio oder von Pasturo aus führt. Wer hingegen von Cainallo die Nordseite einschlägt, kann die spektakuläre Passage des Piancaforma-Grates genießen oder der Via della Ganda folgen, die von der Bogani Hütte ausgehend, die Conca di Moncodeno quert. Die anspruchsvollsten Einstiege sind jene an der Westseite, ausgehend von der Bietti Hütte, entlang der Via del Guzzi, oder dem „Caminetto“ oder dem aufregenden Klettersteig des Sasso dei Carbonari folgend.

Von Hütte zu Hütte

Von der Hochebene Piani dei Resinelli aus beginnt ein gemütlicher Spazierweg: dieser für die ganze Familie geeignete Weg führt in gut 2 Stunden zum Aussichtspunkt von Coltignone, von wo aus man außergewöhnliche Blicke auf den Comersee, den Monte Barro, den Corni di Canzo und den Resegone genießen kann. Eine schöne, aber anspruchsvolle Wanderung, die ein entsprechendes Geübtein und eine 3stündige Gehzeit erfordert, ist jene, die von Rongio (Ortsteil von Mandello del Lario) bis zur Elisa Hütte führt. Sie ist der Ausgangspunkt für verschiedene Touren: zur Bietti-Buzzi Hütte (in 2 Stunden Gehzeit), entlang der Via di Buco di Grigna zur Brioschi Hütte (in 3,5 Stunden), zur Rosalba Hütte (in 3 Stunden) oder zum Sasso Cavallo (in 1,5

— Die Rosalba Hütte, Grigna meridionale.



Stunden). Für jene, die gerne Tagestouren unternehmen, ist die am Grat verlaufende „Traversata Alta“ ideal, um die Gipfel von Grignone und Grignetta zu erklimmen. Die Grignetta kann man auch auf den als sehr anspruchsvoll eingestuften Routen erreichen, die direkt hinter der Porta Hütte auf der Hochebene Piani dei Resinelli ihren Ausgang nehmen. Diese Tour weist mehrere schwierige Passagen und einen gesicherten Übergang zwischen den Felsen auf.

Klettergärten für den Nervenkitzel

Die Grigna Settentrionale bietet zahlreiche Klettermöglichkeiten, sowohl auf Dolomitwänden (Hänge des Sasso Cavallo, Sasso dei Carbonari und Pizzo d'Eghen) als auch auf kleineren Wänden, darunter der interessante Pilastro di Prada oder der Pizzo dei Nibbi. Zudem locken die Klettergärten (Falesia dei Lares, Sasso Carlano, Falesia di Esino, Falesia Animal House) sowie zahlreiche Klettermöglichkeiten auf der Cresta di Piancaformia. An den Hängen der Ostseite der Grigna Settentrionale befindet sich zudem die Rocca di Baiedo, die mit Blick auf den Bereich des Sasso di Introbio eines der wichtigsten Sportkletterzentren ist. Die Grigna Meridionale ist die Wiege des lombardischen Alpinismus. Von Lecco aus gibt es verschiedene Klettertouren auf den Monte San Martino: auf der Süd-Ost-Wand des Corna di Medale, eine 400 Meter hohe Steilwand, die von der Ortschaft Malavedo aus über zahlreiche alpinistisch anspruchsvolle Routen erreichbar ist, und auf den Antimedale, eine stark frequentierte 200 Meter Wand,

die dem Medale im Südwesten vorgelagert ist und von der Ortschaft Rancio aus erreichbar ist. Der Sportkletterer findet eine große Auswahl in den Klettergärten des Massivs. Weitere Klettermöglichkeiten gibt es im Val Grande, von Ballabio in Richtung Piani dei Resinelli heraufkommend, oder an der Ostküste des Sees.

Valsassina mit dem Mountainbike.

Die Auswahl an MTB-Strecken ist sehr vielfältig. Von der Almrunde, ausgehend von der Alpe Giumello mit einer nicht zu anspruchsvollen Bergfahrt mit spektakulären Ausblicken auf den See und einer abwechslungsreichen und spannenden Talfahrt bis zur Rundstrecke von Artavaggio, mit verschiedenen Varianten, die den unterschiedlichsten Anforderungen von Radsportlern gerecht werden – mit einer trialistisch anspruchsvollen Abfahrt oder wahlweise mit einer Talfahrt, die auch für Anfänger geeignet ist. Eine dritte empfehlenswerte Route verläuft entlang der Berge von Pasturo und auf dem Hochplateau des Pialeral im Valsassina.

— Kuriositäten

- 1. Sport.** Auf der Alpe Giumello, oberhalb von Bellano und Taceno, kann man vor der faszinierenden Kulisse des Comersees und der Alpen die Emotion eines Gleitschirm-Tandemflugs in Begleitung eines erfahrenen Piloten erleben (vom Aero Club d'Italia patentiert).
- 2. Familie.** Der Fuß- und Radweg im Valsassina verläuft – von Barzio nach Taceno – durch das ganze Tal am Ufer des Wildbaches Pioverna entlang. Der breite, ebene Weg ist gesichert.
- 3. Abenteuer.** Ein Besuch im Berginneren. Die Bergwerke Pian dei Resinelli am Fuße der Grignetta sind nach der Hochebene benannt, auf der sie sich befinden. Ihre Geschichte reicht bis 1600 zurück. Ein Besuch des Bergwerkes ist vor allem für die Kleinen ein ganz



Nebenan

Wanderung, Pian dei Resinelli.

Über

Mountainbiking im Valsassina.

besonderes Erlebnis.

4. Natur. Im Sommer, um Waldbeeren zu pflücken. Im Herbst, um die bunten Blätter zu bewundern und um Pilze und Kastanien zu sammeln ... und das ganze Jahr über, um Flora und Fauna des Voralpgebietes zu entdecken. An 365 Tagen im Jahr die Bergwelt erleben.

5. Önologastronomie. Unbedingt probieren sollte man lokale Käsesorten (wie Taleggio, Robiola und Ziegenkäse), die direkt bei den Erzeugern gekauft oder in den Hütten verkostet werden können. Für Naschkatzen gibt es die typischen Kekse (Sassetti, Pazientini, Cabiadini oder Caviadini) sowie die Scarpinasc, eine herzhafte Süßspeise, die mit Brot, Milch, Eier und Amaretti zubereitet wird.



Lecco

Resegone und Piani d'Erna

— Wanderungen 13



Berggenuss pur bei Entspannung und Spaß für Familien auf der Hochebene Piani d'Erna sowie die extremsten Einstiege zu den Steilwänden des Berges, der an Manzoni erinnert

Zum Bestaunen und zum Besteigen. Der Resegone ist der legendäre Berg der Voralpen von Lecco. Dank einer Reihe einfach bewältigbarer Wege, aber auch anspruchsvoller Touren, darunter auch Klettersteige, bietet der Berg einerseits Urlaubsmöglichkeiten für Familien und weniger erfahrene Wanderer, und andererseits auch für Bergsteiger-Freaks.

Ein Naturbalkon oberhalb der Stadt

Die Hochebene Piani d'Erna, die von den imposanten Spitzen des Resegone überragt wird, ist ein familienfreundliches Ausflugsziel und zugleich Ausgangspunkt für anspruchsvolle Bergtouren. Die Wanderungen auf dem Naturweg zur Stoppani Hütte und zur Alpinisti Monzesi Hütte sind Klassiker, die für alle bewältigbar sind. Weit anspruchsvoller ist der 4-stündige Kammweg von Passata aus auf den Resegone.

Vertikale Aufstiege

Seit den 1930er und 1940er Jahren des 20. Jahrhunderts ist das feste Felsgestein des Resegone unter den Kletterern sehr beliebt. Die Bastionata Ovest, der Torre Elisabetta, der dünne Torre C.A.I. sowie die Bastionata Sud bieten interessante Mehrseillängenrouten, während das Sportklettern in den bekannten Klettergärten an den Hängen des Resegone und des Pizzo d'Erna (Versasio, Placca delle Sorprese sowie Parete Stoppani) entwickelt wurde. Sehr bekannt und beliebt sind die Klettersteige im Resegone-Massiv, darunter die Ferrata del Centenario vom Passo del Fò zur Pian Serrada, die „Gamma 1“, die auf den Pizzo d'Erna und die „Gamma 2“, die auf den

Resegone führt: alle Klettersteige, insbesondere die beiden letzteren, sind sehr anspruchsvoll.

— Kuriositäten

- 1. Kinder.** Auf der Hochebene Piani d'Erna lohnt ein Besuch des Sinnesparcours, der für alle geeignet ist und Nützliches bietet, um durch die Sinne mehr über die Natur zu erfahren: durch Fühlen, Sehen, Hören und Schmecken. Hier kann man mit Händen und Füßen Elemente der Natur begreifen und heimische Tiere beobachten.
- 2. Die Seilbahn.** Wer die Wanderungen abkürzen oder einen erholsamen Tag ohne große Anstrengungen verbringen möchte, kann mit der Seilbahn auf die Piani d'Erna fahren.
- 3. Museen.** Die Multimediaseen über den Alpinismus, wie das Alpinistische Observatorium im Palazzo delle Paure in Lecco und die Casa Museo Villa Gerosa auf den Piani dei Resinelli eignen sich für all jene, die sich für die Geschichte des Bergsteigens interessieren.
- 4. Kultur.** Von einer anderen „Spitze“, jeder des Glockenturms von San Nicolò in Lecco, der als „Matitone“ – großer Bleistift – bekannt ist, kann man einen atemberaubenden Blick auf die Berge und die ganze Stadt genießen.
- 5. Traditionen.** Um zu erfahren, wie man in einem der kleinsten Dörfer Italiens lebt, muss man einen Halt in Morterone einplanen. Dieses Bergdorf zählt knapp 35 Einwohner.

— Resegone.



Lecco

Legnone, Pizzo Tre Signori und Valvarrone

— *Wanderungen 14*

Eng, wild und vom Gipfel des Legnone überragt ist das Valvarrone für jene maßgeschneidert, die raue Bergwelt lieben

Das Valvarrone, durch das der gleichnamige Wildbach fließt, ist der wildromantische Teil am Ostufer des Comersees.

Von den Bergen Legnone und Legnoncino umgeben, ist dieses enge Tal durch seine reiche Flora und Fauna geprägt. Auf den Berggipfeln öffnen sich Landschaftsbilder und einzigartige Aussichten auf den Comersee und die Alpen.

Die Ortschaften im Tal sind ideale Ausgangspunkte für einfache Wanderungen auf alten Militärwegen, die über Weiden und durch Lärchenwälder führen. Man trifft auf wunderschöne Flecken der Natur, von wo aus man herrliche Ansichten genießen kann.

Auf den Wegen des Großen Krieges

Eine interessante Trekkingtour zwischen Natur und Geschichte führt entlang des Abschnittes der Verteidigungslinie Cadorna, die durch dieses Tal führt. Dieser Weg umschließt ein bedeutendes historisches Erbe, das die Wanderer entlang der Hänge des Legnoncino zu Maschinengewehrnasen, Beobachtungsposten, Laufgräben, Stollen und Schützengräben führt, die sich horizontal über die ganze Nordseite des

—
Der Pizzo dei Tre Signori.



Berges hin erstrecken. Eine weitere Wanderung (Dauer rund 2,5 Stunden), die für alle geeignet ist, ist der Weg, der von Pagnona, einer Gemeinde im oberen Valvarrone, zur Gria Hütte hinaufführt.

Trekking auf dem „Dach“ des Tales

Von Premana aus führt eine rund 4-stündige Wanderung zuerst ein Stück dem Fluss Varrone entlang bis zur Casera Vecchia Hütte und dann weiter bis zur Santa Rita Hütte auf 2000 Meter Seehöhe. Von hier aus führt eine anspruchsvolle Tour, die fitte Beine und gute körperliche Kondition erfordert, bis zur Bocchetta di Piazzocco und auf den Pizzo Tre Signori weiter. Einige Abschnitte sind hier gesichert. Von Premana aus führt auch der Weg zu den Seen von Deleguaggio. Für den Aufstieg zur Alm benötigt man 2 Stunden Gehzeit und von dort eine weitere Stunde bis zum unteren See. Den schönen Kessel des oberen Sees erreicht man nach weiteren 30 Minuten. Von hier aus kann man bis zum Gipfel des Pizzo Alto weitergehen, von wo aus man einen schönen Blick auf die Täler Valvarrone und Valsassina, den Bergrücken der Bergamasker Alpen – insbesondere den Pizzo Rotondo und den Pizzo dei Tre Signori – das Veltlin und die Granitgipfel des Val Mäsino, neben dem Monte Legnone, der Mesolcina meridionale und im Hintergrund das Monte Rosa-Massiv genießen kann.

Auf dem Rad durch Dörfer und Wälder

Eine interessante Route ist die Rundstrecke, die von Dervio durch die Dörfer des Valvarrone, weiter durch die Wälder bis Pagogna und Premana führt. Nach der letzten anspruchsvollen Bergfahrt in Richtung Colle di Piazza geht es wieder bergab ins Valsassina nach Taceno, Bellano und wieder zurück zum Ausgangspunkt Dervio. Die Rundtour ist 45 Kilometer lang. Eine weitere nennenswerte Tour führt von Vestreno aus, dem Speichersee des



E-Werkes von Dervio entlang, bis zur Marienwallfahrtskirche von Bondo. Von hier aus radelt man weiter in die Bergdörfer Dorio, inmitten grüner Wälder mit viel Kastanien und Pilzen, vorbei an Vezzée, Sparesée mit den schönen Aussichten auf den See, bis nach Posallo di Colico hinunter. Erfahrene und waghalsige Freeride-Fans können hingegen die spektakuläre Talfahrt von Giumello nach Dervio in Angriff nehmen oder die Route wagen, die über das wilde Val Marcia bis zum Lago di Losa führt. Diese Strecken weisen schwierige Abfahrten und sehr steile Neigungen auf. Für diese Unternehmungen werden Downhill Bikes und Schutzvorrichtungen benötigt. Es wird empfohlen, für die Tour einen Mountainbike-Führer in Anspruch zu nehmen. Weniger geübte Radler haben die Möglichkeit, E-Bikes in Premana auszuleihen und die Wege in Richtung Alpe Campo und Alpe Premaniga zu erkunden.

— Kuriositäten

- 1. Sport.** Die Naturterrasse des Monte Giumello, Startplatz für fantastische Flüge mit dem Paragleiter, ist nach den Orten Indovero und Narro erreichbar.
- 2. Geschichte.** In der Ortschaft Mai, oberhalb von Dervio, sind noch einige Überreste von Castelvedro, einer mittelalterlichen Festungsanlage aus dem 5. und 6. Jahrhundert erhalten. Auf einem Felsen befindet sich das Castello di Orezza, von dem es nur mehr einen gut erhaltenen Turm gibt.
- 3. Freizeit.** In den saubereren Gewässern des Varrone ist das Fischen von Forellen möglich. Die Fischer können auch im Wettfischen gegeneinander antreten, welches von den örtlichen Vereinen organisiert wird, die für die

Nebenan
Berglauf.

Unten
Das Gipfelkreuz auf dem Pizzo dei Tre Signori.



Wiederbesiedlung des Flusses zuständig sind.

- 4. Önologonomie.** In den Schutzhütten kann man unverfälschte typische Gerichte gustieren: vom heimischen Wild bis hin zu köstlichen Steinpilzen, die mit Olivenöl vom Comersee serviert werden. Oder man kann eine schöne Portion Polenta Taragna mit würzigem Almkäse genießen.
- 5. Einkaufen.** Die Geschichte von Premana ist seit jeher mit Eisen verknüpft, ein Material, das seinen Bewohnern Glück gebracht hat, da Premana weltweit auf dem Produktionsmarkt von Schneidwaren bekannt ist. Beim Betreten eines Messergeschäftes wird die Faszination des Handwerkes spürbar.

Valtellina Ein urlaub im herzen der Alpen: das Valmalenco

—Wanderungen 15

Urlaub zwischen Natur und Kultur, Trekking in den Bergen bis hoch zu den Gletschern, wo man inmitten der Stille die Stimme der Berge hören kann

Ein Urlaub im Herzen der Alpen. Das Valmalenco und seine himmelberührenden Gipfel mit dem dominierenden Bergmassiv Bernina und den Gletschern, die von der antiken Geschichte der Erde zeugen, den Wäldern voller Düfte und seinen Dörfern inmitten des Grüns einer üppigen Natur, ist das ideale Reiseziel für alle, die gerne Sporttätigkeiten mit Momenten der reinen Entspannung verbinden und dabei die Freuden der Landschaften, Kultur und Gastronomie der Berge genießen möchten.

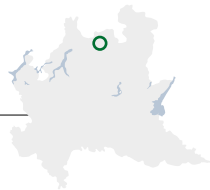
Schritt für Schritt

Anspruchsvoll, entspannend, abenteuerlich oder gelassen. Es gibt sehr viele Trekkingtouren für alle, die gerne in einer makellosen Natur wandern und der Stimme der Berge lauschen. Bei den möglichen Wanderwegen hat man die Qual der Wahl. Riesenberge aus Fels und Gletscher dominieren das Tal und eignen sich auch für Wanderer, die eher sanftere Anstiege bevorzugen, und schenken ihnen die unendliche Schönheit der kleinen Alpenseen, den Frieden der Almweiden oder die typische Atmosphäre einer mit den Köstlichkeiten der Gegend bereicherten Berghütte.

Bis zur Berührung der Gletscher

Wenn man große Entfernungen nicht scheut, ist das obere Val della Valmalenco sicherlich ein Must. Diese etwa 10 km lange Hochwandertour kann man in 8 Etappen zurücklegen oder in „Mini-Hochtouren“ von nur 2 oder 3 Tagen aufteilen. Diese Strecke, die man vollauf genießen kann, bringt die Wanderer zu den bedeutendsten und aussichtsreichsten Stellen des Tales:

—
Das Panorama des Valmalenco.



das Trogtal Conca di Chiareggio, der See Lago Palù, die Talmulde Vallone dello Scerscen, die Staudämme von Campo Gera und Campo Moro. Fast unmöglich erscheint es, nicht auch die Emotion der „Berührung“ eines Gletschers erleben zu wollen. Dazu genügt es, den Alpe Ventina zu erreichen und dem Gletscherweg Vittorio Sella zu folgen, der an der Berghütte Gerli beginnt, oder den Gletscherweg Luigi Marson, der von der Berghütte Bignami zum Fuße des mächtigen Fellaria führt.

Trekking durch Natur und Kultur

Die Berge im Valmalenco bergen auch für Kinder Überraschungen, dank der Wege des Alpe Prabello, die von den Berghütten Zoia und Cristina zu den kleinen Campagneda Seen führen. Etwas anspruchsvoller, aber von allen zu bezwingen, ist der Ring, der zu den Dörfern des Specksteins führt. Der Saumpfad, der am Ortseingang von Primolo beginnt und in einem wunderschönen Lärchenwald fortsetzt, bietet zauberhafte Blickwinkel auf das Valmalenco und auf den Pizzo Scalino. Ein wahres Spektakel der Natur, das man nicht versäumen sollte, sind auch die ‚marmitte die giganti‘ (Kochtöpfe der Riesen), im Laufe von tausendjährigen geologischen Formungsprozessen abgerundete und glatte mächtige Felsen, die durch die Jahrhunderte lange Wirkung des Wassers ihre Form angenommen haben und die man auf dem in Franscia beginnenden und den Wildbach Cormor hinaufsteigenden Ring bewundern kann. Hier befinden sich die Wanderer inmitten einer zauberhaften Welt aus lichten Weiden, Fichten, Wasserfällen und Wildbächen, in denen sich Bachforellen schlängeln und gegen den Strom schwimmen.

Adrenalin in der Höhe

Das Valmalenco, das ganz vom Wildbach Mallerio mit seinen zahlreichen Zuflüssen durchquert wird, bietet nicht nur ein breit gegliedertes Wegenetz, das zahlreiche Berghütten verbindet, sondern wird auch



von Canyoning-Liebhabern besonders geschätzt. Ausprobieren sollte man die Abfahrt zwischen den grünen Serpentinfelseln, die im Laufe der Jahrhunderte vom Wildbach Cormor geformt wurden. Wer dagegen gerne Rad fährt und die atemberaubenden Ausblicke auf das ganze Tal genießen möchte, kann den Weg fahren, der sich fast vollständig in einer Höhenlage befindet und Chiareggio mit Campo Moro verbindet.

Kunst und Kultur

Die Stadt Sondrio mit ihrem Stadtkern aus dem 19. Jh., der Piazza Garibaldi, bietet kostbare kulturelle und architektonische Zeugnisse, wie den Palazzo Sertoli mit dem wunderschönen Freskensaal, oder den Palazzo Martinengo. Es genügt, die Stadt zu verlassen und schon erreicht man in wenigen Minuten inmitten von Blumen, Felsen und Weinbergen die Wallfahrtskirche Santuario della Madonna della Sassella und die Burg Castello di Grumello.



Nebenan

Der See Palù.

Unten

Primolo, Sondrio.

— Kuriositäten

1. Speckstein. Der italienische Name „pietra ollare“ stammt vom lateinischen „olla“ und bedeutet Topf bzw. Ölbehälter. Dieser besonders feuerfeste Stein schließt die Hitze über lange Zeit in sich ein und wird fast ausschließlich für die Herstellung von Behältern wie „lavècc“, „stüin“ (Töpfe zum Kochen von Eintöpfen) und „füragn“ (für die Aufbewahrung von Käse, Butter oder Speck) verwendet.

2. Käse. Casera und Scimudin - ein Volltreffer, wenn man den vollen Geschmack der Almweiden auf den Tisch bringen möchte. Die Tiere können frei abweiden und sich von den zahlreichen Alpenkräutern ernähren, die ihre Milch mit Essenzen und Düften bereichern, aus der dann einmalige Käsesorten erzeugt werden, die vom Schutzkonsortium Consorzio Tutela Valtellina Casera e Bitto geschützt und von den Feinschmeckern sehr geschätzt werden.

3. Der Monte Magico. Die Burg in den Felsen. Laut einer Legende soll sich im Innern des Endgipfels des Pizzo Scalino eine in zwei geteilte Festung befinden, in der sich das schwarze Heer der Nacht und das weiße Heer des Tages bekämpfen, als Symbol des ewigen Kampfes zwischen Dunkelheit und Licht.

4. Steilhänge zum Klettern in der Gegend des Campo Moro. Die Wände des Campo Moro sind eine weite und interessante Höhegegend für den Klettersport mit allen Schwierigkeitsgraden und in jeder seiner Formen. Die durchschnittliche Höhe beträgt etwa 2000 m ü.d.M. und die Wände befinden sich in einer außerordentlichen Hochgebirgsumgebung mit den künstlichen Seen von Campo Moro und Gera.

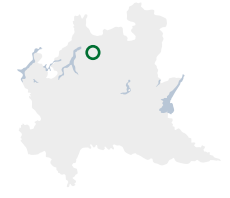
5. Jahrhundertalter Wald. Sie ist über tausend Jahre alt und noch diskret gesund. Es handelt sich um eine Lärche, die älteste Lärche in Italien und eine der ältesten in Europa, mit rundherum weiteren über hundert Jahre alten Bäumen, die zusammen diesen eindrucksvollen Wald im Val Ventina bilden.



Valtellina

Val Masino - das wilde Herz der Alpi Retiche

— Wanderungen 16



Outdoor-Aktivitäten und Relax im kleinen Yosemite Europas. Berge und Täler, wo die Natur dominiert und der Mensch, der sie erlebt, ihre Schönheit respektiert

Das wilde Val Masino ist die Wiege des „Felsblock-Klettersports“ und von den Climbern sehr beliebt. Dieses Tal mit den dominierenden Gipfeln der Berge Disgrazia und Badile ist ein Anhaltspunkt für die Liebhaber von mehrtägigen Hochgebirgswanderungen, Kletterpartien und für alle, die den Kontakt mit einer ganz makellosen Natur lieben. Das Val Masino ist das unbestrittene Reich von Granit und kann zur Entdeckung der nahen Täler Preda Rossa, Mello und Bagni di Masino als Ausgangspunkt gewählt werden. Hier kann man die Besteigung des Sasso Remenno angehen, ein enormer und kompakter Granodioritblock, der als größter erratischer Block Europas gilt.

Val Preda Rossa: Die Wege des Gemüts

Im Val Preda Rossa kann man bis zur Berghütte Ponti steigen, die sich am Fuße des Monte Disgrazia befindet und von wo der Weg Roma beginnt, einer der schönsten Hochwege der Alpen. Auf dieser 40 km langen Strecke kann man auch in den Berghütten Brasca, Gianetti und Allievi Halt machen.

Das Val di Mello - der Yosemite Park Europas

Eine wahre Perle. Dank der Schönheit seiner Naturlandschaften und der gigantischen Granitplatten ist das Tal auch als „Klein-Yosemite“ bekannt. Und genau hier schlägt das Herz der Climber und leidenschaftlichen Boulder. Im Tal mit ringsherum eindrucksvollen Wänden befinden sich unzählige erratische Blöcke, die von den Boulderern zum Klettern benutzt werden.

Der Wald Foresta di Lombardia und seine Geheimnisse

Wenn man das Tal hinaufgeht, widmet man dem Wald des Val Masino oft keine ausreichende Aufmerksamkeit. In diesem wunderschönen Wald, in dem über 200 Jahre alte monumentale Bäume wachsen, kann man den Rosalia Alpina beobachten, ein ziemlich seltener Käfer, der als einer der schönsten der europäischen Fauna gilt.

Hier scheint die Zeit stehen geblieben zu sein. Fern vom Massentourismus ist das Val Masino bei den Freunden der Natur und Kultur beliebt und gilt dank der langen Abgeschiedenheit, durch die das Tal geschützt geblieben ist, noch heute mit seinen typischen Häusern, Ställen und Heuschobern als ein wahres ethnographisches Naturmuseum unter freiem Himmel.

— Kuriositäten

1. Kirchen der Kunst. Die dem Heiligen San Pietro geweihte Pfarrkirche in Cataeggio mit ihren Fresken von Gavazzeni, die Kirche San Gaetano in Filorera wegen ihres Altargemäldes mit einer auf Wolken sitzenden Madonna und die Pfarrkirche in San Martino aus dem XV. Jh. sind einen Besuch wert.

2. Kleine Boulders. Der Sasso Remenno ist auch das Ziel ganz junger Climber. Die Wand ist nämlich auch ein Klettergarten für erste Kletterlektionen und auch für die Kleinsten perfekt geeignet, die hier mit dieser Sportart vertraut werden können.

3. Die Canyoning-Wege. Für viele, aber nicht für alle. Die Abfahrt auf dem Wildbach Masino, der durch das gleichnamige Tal fließt, sorgt bei den erfahrensten Liebhabern dieser Sportart mit anspruchsvollen Passagen inmitten einer einmaligen natürlichen Umgebung für Emotionen.

4. Die Melloblocco Zusammenkunft. In den zwei zentralen Maiwochen findet Val di Mello eine der wichtigsten internationalen Boulder-Zusammenkünfte statt, die Tausende von Boulderern aus aller Welt ins Val Masino lockt.

5. Ein Tal der Inspiration. Maler, Bildhauer, Holz- und Steinhandwerker lieben dieses Tal ganz besonders, so sehr, dass man sie leicht treffen und in ihren Labors an der Arbeit beobachten oder ihre Gemälde an den Hauswänden bewundern kann.

—
Val di Mello.



Valtellina

Die aufstiege der meister: das Valfurva

— Wanderungen 17

Das Spektakel der Gletscher entlang der Rundtour des Confinale und die großen Bergetappen machen aus diesen Bergen ein Eldorado für Wanderer und Radfahrer

Dörfer, Parks und Naturschutzgebiete. Wege, die sanft bergauf und an Wildbächen entlang führen und anspruchsvolle Trekkingtouren. Radauffahrten, die in die Geschichte des Rennsports eingegangen sind. Mächtige Gletscher und Gipfel, unter denen die Ortler-Alpen (Gruppo Ortles-Cevedale) dominiert. Unter den zauberhaften Gipfeln und den Tälern des Valfurva kann jedermann seinen bevorzugten Berg finden und seinen idealen Urlaub in einem wirklich außerordentlichen Umwelt- und Faunabestand verbringen.

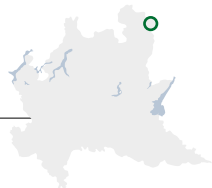
Eine Runde um die Ortler-Alpen

Santa Caterina di Valfurva, der wichtigste Ort des Tales am Fuße der Ortler-Alpen und eines der meistgeschätzten Winterreiseziele für Skibergesteiger, ist der Ausgangspunkt für zahlreiche Wandertouren. Die Touristen können auf den Wegen Trekkingtouren unternehmen und das Gebiet im Nationalpark Stilfserjoch (Parco dello Stelvio) erforschen, wo die Natur noch makellos ist und eine besonders vielfältige Alpenfauna beobachtet werden kann.

Das Spektakel der Großgletscher

Die Confinale-Tour, ein Ring, der das wilde Val Zebrù, das Valle dei Forni mit dem gleichnamigen Gletscher und das Valle Cedec mit seinen

—
Wanderer im Cedec-Tal, im Hintergrund der Cevedale Gipfel.



überraschenden Mondlandschaften verbindet, eignet sich für alle, die einen authentischen Kontakt mit der Bergwelt suchen. Man legt die Strecke in mehreren Etappen zu Fuß oder mit dem Mountainbike zurück, fern vom Stress der Stadt, zwischen Gletschern, Tälern, Wäldern und dem Nationalpark Stilfserjoch, vorbei an den Berghütten Branca, Casati, Pizzini, V Alpini und Forni, wo man nach jeder Etappe Halt machen und die typischen Gerichte der Täler schmecken kann.

Die großen Aufstiege der Meister

Santa Caterina ist auch ein ausgezeichnete Ausgangspunkt für Straßenrad- und Mountainbikerfahrer. Hier führen zahlreiche Strecken mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden, die zu den spektakulärsten der Alpen gehören, durch die Natur. Für erfahrene Biker und Freeride-Fans gibt es die Strecke, die nah am mächtigen Gletscher Ghiacciaio dei Forni vorbeiführt. Weniger erfahrene Biker können dagegen in die Wälder des Parco Isola oder die Pista Valtellina entlangfahren. Das Valfurva ist auch wegen seiner Auffahrten zu den großen Bergpässen berühmt, auf denen oft der Giro d'Italia transitiert. Hier kann man die Abfahrten zum Passo Gavia unternehmen, ein traditionelles und begehrtes Ziel für Amateurradsportler. In der Nähe sind Stilfserjoch, Mortirolo und Aprica.

Fast bis zum Himmel hinauf: die Steilhänge Falesie dei Forni

Wer lieber Berge besteigt als bergauf zu wandern, ist hier bei den sehr bequemen und vor allem an sonnigen Sommertagen beliebten Steilhängen Falesie dei Forni am richtigen Platz. Sie sind in fünf nahe Sektoren aufgeteilt und bieten sehr unterschiedliche Kletterpartien: von ganz leichten und auch für lernwillige Kinder oder Anfänger geeigneten Kletterrouten, bis zu mittleren Schwierigkeitsgraden auf schönen und gut sichtbaren Klettergriffen. Auch an leicht überhängenden technischen Aufstiegen, die auch die erfahrensten Climber herausfordern, fehlt es nicht.

Valdisotto - der Eingang zur "Magnifica terra"

Nicht weit vom Valfurva entfernt liegt das Valdisotto, ein natürlicher und ganz schmaler Korridor, durch den sich



der Fluss Adda schlängelt und der als „Eingangstor zur Magnifica Terra“ gilt. Die Umgebung ist reich an Wäldern, Wildbächen, kleinen Seen und Quellen, die man zu Fuß oder mit dem Mountainbike entdecken kann. Der Sommer ist die perfekte Jahreszeit für Wanderungen im Nationalpark Stilfserjoch und im Naturschutzgebiet Paluaccio mit seiner charakteristischen Vegetation aus Sumpfmooos, jene winzigen Pflanzen, die das Torflager bilden, Sonnentau und Sumpfheidelbeeren und aus einer für feuchte Zonen typischen wirbellosen Fauna. Man kann das Naturschutzgebiet auf einer bequemen Strecke in Begleitung von Naturexperten besuchen, mit denen man tiefer in die Eigentümlichkeiten der Umwelt eingehen und einen wahren „Schrein der Biodiversität“ entdecken kann. Das Naturschutzgebiet Paluaccio befindet sich in der Nähe von Oga neben dem Forte Venini, ein Anfang des XX. Jh. gebautes Militärfort, das man besuchen kann, um die Geschichte des Großen Krieges wieder durchzugehen.



Nebenan

Die Quinto Alpini Hütte.

Unten

Die Forni Hütte.

— Kuriositäten

1. Fabelhaftes Nordic Walking. Wer die Wälder im Valfurva entdecken will und zugleich fit bleiben möchte, kann Nordic Walking betreiben. Gerade in Santa Caterina werden wöchentlich und je nach der körperlichen Verfassung der Teilnehmer Gruppenwanderungen organisiert. Es gibt zahlreiche Strecken mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden, die alle zufriedenstellen: von den erfahrensten Bergsteigern bis zu den Anfängern und Familien.

2. Museum des Lebens in den Bergen. The Vallivo In Sant'Antonio im Valfurva kann man das Museo Vallivo Valfurva „Mario Testorelli“ besuchen, in dem reichhaltige historisch-ethnographische Zeugnisse der Geschichte, der Kultur und der Bauern- und Handwerkstraditionen aufbewahrt sind. In den Sälen des Museums gibt es auch Abteilungen, die den Bekleidungen, der Schule, dem Transport und der kirchlichen Kunst gewidmet sind, sowie eine Reihe von Kriegsfundstücke aus dem 1. Weltkrieg, die besonders von den Schlachten auf dem Berg San Matteo stammen.

3. „Li flama de San Lorenz“. Die Freudenfeuer in San Lorenzo sind eine der historischen Traditionen des kleinen Dorfs Oga. Alljährlich werden am 9. August in der Nacht an verschiedenen Stellen des Dorfes Scheiterhaufen angezündet. Das spektakulärste Freudenfeuer wird auf dem natürlichen Balkon von Tadè in 1900 m Höhe ü.d.M. organisiert.

4. Kinder. Relax für Erwachsene und Spaß für Kinder. Holzspiele, Grünflächen und eine Tour, die man zu Fuß oder mit dem Rad bewältigen kann, sind die meist geschätzten Dinge im Parco Isola von Santa Caterina. Hier können die Kleinen inmitten der wunderbaren Natur ganz ungezwungen und frei spielen.

5. Der Taumel der Geschwindigkeit. Nach einem langen Spaziergang nach dem Rhythmus der Natur kann man einen neuen Takt einschlagen und den Taumel der Geschwindigkeit in einem Gokart ausprobieren. Die Pista Capitaniana ist die einzige Gokart-Piste im oberen Veltlin und befindet sich in Valdisotto; sie ist für alle geöffnet und erlaubt auch den Erwachsenen und Jugendlichen, die sich erstmals dieser Welt nähern, den Taumel der Geschwindigkeit in voller Sicherheit zu erleben.



Valtellina

Der national- park stilfserjoch, Bormio und das Valdidentro

— *Wanderungen 18*

*Wanderungen und anspruchsvolle
Trekking-Touren im Herzen
des Nationalparks Stilfserjoch
inmitten unberührter Natur,
hautnah an der alpinen Fauna*

Das außerordentliche Reichtum mächtiger Lärchen- und Fichtenwälder und die Möglichkeit, eine unglaubliche Menge Tierarten zu beobachten: Hirsche, Gemsen, Steinböcke, Wiesel, Hermeline, ohne die Raubvögel im Himmel zu vergessen. Willkommen im Nationalpark Stilfserjoch, ein geschütztes Gebiet, das den Touristen und Wanderern die Möglichkeit bietet, inmitten einer üppigen und makellosen Natur bis zu einer Höhe von 3000 m ü.d.M. zu wandern, wo die Landschaft von Felsen, Geröllhalden, ewigem Schnee und Gletschern gekennzeichnet ist.

Der Nationalpark Stilfserjoch

Der Nationalpark Stilfserjoch ist der perfekte Ort für alle, die gerne wandern und sich auf alte Militärstraßen und Saumpfade wagen, die bis zu den höchsten Höhenlagen reichen, oder die sich auf die Wege begeben, die von den Wäldern bis zu den Gletschern führen. Auf einem umfangreichen Wegenetz, das sich über Hunderte von Kilometern erstreckt, kann man die besonders reichen Umgebungen und die hier lebenden Tiere näher entdecken. In diesem geschützten Gebiet kann man sich Touren für alle Fähigkeiten aussuchen: von den leichtesten Strecken, die auch für Familien und Kinder geeignet sind, bis zu den längsten und anspruchsvollsten Strecken, die für gut

—
Die Pizzini Hütte.



trainierte Wanderer gedacht sind. Alle Touren sorgen für Erfahrungen und Emotionen und schenken mit ein wenig Glück auch überraschende Begegnungen in engem Kontakt mit der Natur und ihrer Fauna.

Valldidentro

Das Valldidentro im Herzen des oberen Veltlin befindet sich im Innern des Nationalparks Stilfserjoch, auf halber Strecke zwischen der Gemeinde Bormio und der ganz nah an der Schweiz liegenden zollfreien Zone Livigno. Ein perfekter Ort für einen Sommerurlaub, vor allem wenn man vom Alltag abschalten und einige Tage inmitten der Natur verbringen möchte, um zwischen Wiesen, Wildbächen, Wäldern und Wasserfällen zu Fuß oder mit dem Mountainbike Wanderungen und Ausflüge zu unternehmen und die erfrischende Bergluft tief einzuatmen und um von Mal zu Mal zu entscheiden, ob man sich einem Sport widmen oder vollkommen entspannen möchte.

Trekking zur Mündung des Flusses Adda und Felsklettergärten

Die zwei künstlichen Staudämme, welche die Seen von Cancano bilden, sind gewiss einen Besuch wert, auch weil hier verschiedene Wege durch das Tal starten. Besonders eindrucksvoll ist der Weg, der am Staudamm San Giacomo beginnt und die Wanderer durch das Val Alpisella mit den Quellen der Adda und weiter bis nach Livigno führt. Nicht zu versäumen: der Wasserfall „Rin de Scegn al Crap de Scegn“, der sich oberhalb der Häuser von Isolaccia befindet. Einer der schönsten Wasserfälle im oberen Veltlin, der fast hundert Meter hoch ist. Ebenfalls in Isolaccia gibt es einen Felsklettergarten, der für Climber ein Anhaltspunkt ist. Das Gebiet um Bormio ist für die Liebhaber des Klettersports dank der vorhandenen Steilhänge für Einseil- oder Mehrseillängentouren ein wahres Paradies. Darunter wird an den Steilhang Falesia Naturale Outdoor Bagni Vecchi erinnert und an den auch für Anfänger idealen Steilhang in Cancano.

Bormio, die Stadt der Türme

Das Symbol von Bormio ist das trapezförmige Amphitheater Kuerc in der Piazza Cavour, wo einst das



Recht gesprochen wurde. Die Stadt zeichnet sich durch die vorhandenen Gotteshäuser aus. Sehenswert sind gewiss die Kollegiatkirche Collegiata di San Gervasio e San Protasio und die Chiesa Santo Crocefisso, eine der ältesten Kirchen Bormios. Bormio ist mit ganzen 32 noch vorhandenen Türmen auch die „Stadt der Türme“; die berühmtesten sind der Torre della Bajona oder Torre delle Ore, dessen Name auf die einst vorhandene enorme Glocke zurückzuführen ist; der 24 m hohe Torre Alberti, der vollkommen aus grauen Sichtmauersteinen gebaut wurde und an großen Ecksteinen mit der typischen bossierten Bearbeitung erkennbar ist. Ein Besuch des Stadtmuseums im Palazzo De Simoni oder im Mineralogischen Naturmuseum (Museo Mineralogico Naturalistico), das eine reiche und kostbare Sammlung aus Kristallen und Fossilien aus dem Veltlin enthält und verschiedene Dioramen mit Exemplaren der örtlichen Fauna ausstellt, kann die Tour durch die Stadt vollenden.



Nebenan

Das Speicherbecken von Cancano bei Bormio.

Unten

Radwanderung, Bormio.

— Kuriositäten

1. Bike park. Der Bike Park in Bormio ist das Reich der leidenschaftlichen Downhill-Roller, der Freeriders und der Crosscountry-Fans. Fürs Downhill-Rollen wurden ganze 7 Pisten gebaut, während es für die Freeriders die Talfahrt von Bormio 3000 bis Santa Caterina gibt: 1,3 aufregende Kilometer im Nationalpark Stilfserjoch. Zu den angebotenen Dienstleistungen gehören die Mountainbikeschule, das Gravity Camp und der Fahrradverleih.

2. Ein königliches Mahl. Die Küche des Veltlin bietet den Touristen die Möglichkeit einer Reise des Genusses, auf der sie bequem zu Tisch sitzen können. Von den Wurstwaren, unter denen die Bresaola das Schmuckstück ist, bis zu den „sciatt“ (mit Käse gefüllte Krapfen) und den ganz berühmten Pizzoccheri (Nudeln aus Buchweizen- und Weizenmehl), bis hin zu den Hauptgerichten mit Hirschfleisch mit Polenta; abschließend kann man kaum auf den Genuß des Nuss-Feigen-Kuchens ‚bisciola‘ verzichten.

3. Kunst und Kultur. Sehenswert sind die sehr kostbare Kirche San Gallo in Premadio aus Kirche der Heiligen Martino und Urbano in Pedenosso, die schon im 1334 erwähnt und 1685 wieder aufgebaut wurde, sowie am Eingang zum Valle di Fraële der Staudamm von Cancano und die Stauung von San Giacomo, die zwei Türme Torri di Fraële, die einst als Ausichts- und Warttürme für die Verteidigung von Bormio dienten.

4. Eine Idee für den Winter. Etwas ganz Besonderes ist in Arnoa die Möglichkeit, Winterausflüge mit dem Hundeschlitten und im Sommer Husky-Trekkingtouren entlang der schönen Decauville-Strecke zu unternehmen, die bis zur Straße von Cancano führt.

5. Für Kinder. Das Valldidentro eignet sich ideal für Kinder und Teenager. Die Sportanlagen in Isolaccia und Semogo organisiert in der Sommerzeit zahlreiche Initiativen für Kinder und Teenager von 4 bis 14 Jahren: kreative Labors, Sporttätigkeiten, Spiele und Ausflüge. Hier können die Jüngsten unterhaltsame Tage verbringen und die Berglandschaft entdecken.



Valtellina Das Valchiavenna und das Valle dello Spluga

— *Wanderungen 19*

Almen, Seen, Wildbäche und ein abwechslungsreiches Wegenetz zwischen Natur und Bergdörfern, wo die Zeit stehen geblieben zu sein scheint

Die wilden Landschaften um den Wildbach Acqua Fraggia, die nur von Saumpfaden durchzogen sind, die Trekkingtouren zu den Alpenseen des Val Chiavenna und die schönen Wanderungen im Valle Spluga bis zu den Schweizer Grenzgebieten. In dieser Ecke des Veltlin gibt es viel zu sehen, in einer makellosen Natur und in den Ortschaften, die noch das alte Gemüt der Bergdörfer bewahren, darunter vor allem Madesimo und Chiavenna.

Die Täler des Acqua Fraggia

Almweiden, Seen, Wildbäche, Wasserfälle, Wege, Stille und Natur. Wer den hektischen Rhythmus der Stadt ablegen will und Geist und Körper regenerieren möchte, hat hier das perfekte Tal gefunden und kann in Savogno mit seinen wenigen Steinhäusern, wo die Zeit keine Hektik kennt, in der gleichnamigen und gemütlichen Berghütte Halt machen. Kein Auto, sondern viele Wanderungen auf den Wegen, die zu den Bergpässen Lei, Avero und Turbine führen. Nicht versäumen sollte man die Tour auf dem Panoramaweg zum Wasserfall des Acqua Fraggia, einer der eindrucksvollsten im Veltlin, der auch ins nahe Val Bregaglia eindringt. In Savogno starten auch Ausflüge zum Dorf Dasile und von dort zu den Almweiden von Corbia und zum Acqua Fraggia See.

Grenzseen der Alpen

Isola, ein kleiner Ortsteil von Madesimo, ist der Ausgangspunkt ist ein Ausgangspunkt

—
Bergsteiger in Richtung Pizzo Quadro.



für Trekkingtouren zu den sonnigen Seen Baldiscio und Mot. Auf dem Weg begegnet man Almweiden mit den typischen, als „carden“ bekannten Hütten und die Landschaft verändert sich langsam: Von den Lärchenwäldern mit dem durchfließenden Wildbach wandelt die Landschaft in die Grasflächen der großen Hochebene, die bis zum großen Baldiscio See steigt, der sich gleich hinter dem gleichnamigen Pass befindet, der zwischen Italien und der Schweiz die Grenze setzt. Wer noch etwas Energie aufbringen kann, sollte noch am Nordufer des Sees entlang ein wenig bergauf gehen, bis zum Lago del Mot in 2.349 m Höhe ü.d.M.

Der „Parco delle Marmitte dei Giganti“

Der Parco delle Marmitte dei Giganti (die „Kochtöpfe der Giganten“) befindet sich in einem Naturschutzgebiet gleich außerhalb der Wohngebäude von Chiavenna. Man kann das gesamte Gebiet auf den alten Saumpfadern und Wegen, die zu den alten Specksteingruben führen, leicht durchqueren. Das gesamte Gebiet bietet besonders schöne Landschaftsbilder, großartige und bezaubernde geomorphologische Aspekte, die eine eindrucksvolle Umgebung gestalten. Eine Wanderung durch die wilde Natur, aber auch in die ferne Geschichte: auf den geglätteten Felsen, an den vertikalen Wänden der antiken Steingruben, auf den vereinzelt Felsblöcken und in den kleinen Grotten sind zahlreiche Felszeichnungen mit figürlichen Zeichen und Daten zu sehen, die von abstrakten und oft noch vollkommen hermetischen Geometrien, Zeichen, Kennzeichen und Symbolen begleitet sind.

Der über das Tal ragende Turm

Der sehenswürdige Turm Torre di Segname in Gordona im Val Chiavenna ist einer der wenigen, der noch von der strategischen Bedeutung des Tales als Verbindungsstraße zwischen Berg- und Flachland zeugt. Der auf einem unbezwingbaren Felsporn errichtete Aussichtsturm ragt über das gesamte Tal und ist auch nachts zu sehen, wenn er beleuchtet ist. Von den Ortschaften Gordona und Samolaco ausgehend, ist der Ort über zwei verschiedene Wege erreichbar.

Madesimo

Eine in den Bergen eingefasste „Perle“ an der Grenze zwischen Italien und der Schweiz. Madesimo, wo das



Konzept eines Bergdorfes noch erhalten ist, eignet sich perfekt für das Gemüt, die Entspannung, die Natur und alle Outdoor-Aktivitäten. Von den einfachen Spaziergängen am See entlang oder durch die Talsohle bis zu stufenweise längeren Stunden- und Ganztagswanderungen, ohne dabei die Besteigungen, Auf- und Abfahrten mit dem Mountainbike, das Downhill-Rollen und Fatbike-Touren auf ganzen sechs möglichen Pisten unter Befolgung der Empfehlungen erfahrener Lehrer zu vergessen. In Madesimo hat sich auch Giosuè Carducci lange aufgehalten und auf dem Percorso Carducciano, der zur Besichtigung einiger Gebäude wie das Denkmal des Dichters, Monumento del Poeta, die Villa Adele oder das Gasthaus Osteria Vegia durch den Ortskern führt, man kann entdecken, wo der Dichter verkehrt hat; genauso wie die natürlichen Stätten, die zu Trekking- und Wanderzilen werden können, wie der Weg nach Motta oder der Lago Azzurro.

Nebenan

Madesimo.

Unten

Das Carducci-Denkmal, Madesimo.

— Kuriositäten

1. Die Hütten „Carden“. Es handelt sich um die typischen Holzkonstruktionen aus eingespannten entrindeten Baumstämmen mit einem Satteldach, das von Rasenschollen der Umgebung bedeckt ist. Diese kleinen Gebäude werden heute als Heuschober verwendet und sind im ganzen Tal zu sehen, doch die interessanteste Landschaft ist San Sisto auf der gleichnamigen Ebene, über die der Pizzo della Sancia ragt.

2. Die Heilsamkeit des Wassers. Der Parco dell'Acquamerla befindet sich gleich außerhalb des Wohngebietes von Campodolcino und wurde nach der gleichnamigen Quelle „Acqua Merla“ benannt, die dank der Heilsamkeit ihres Wassers mit geringem Mineralgehalt sehr bekant ist. Der Park ist ein idealer Ort für Picknicks, den Spaß der Kleinsten und die Entspannung. Die Gegend ist auch ein ausgezeichneter Ausgangspunkt für Wanderungen in Richtung Starleggia, San Sisto und zum Pian dei Cavalli.

3. Die Mühle Mulino della Bottonera. In Chiavenna, dem wichtigsten Ort des Tales, befindet sich das „Bottonera“, ein altes Handwerkerviertel, wo man die Mühle des ehemaligen Nudelherstellers Moro besichtigen kann, in dem heute ein interessantes Museum der industriellen Archäologie untergebracht ist. Hier kann man die Maschinen sehen, die zur Umwandlung des Getreides in Mehl und für die verschiedenen Verarbeitungsphasen verwendet wurden.

4. Die Kirmes Sagra dei Crotti. Seit den 1950er Jahren findet in Chiavenna im September die Kirmes „Sagra dei Crotti“ statt, bei der viele „Crotti“ - eine Art Keller mit konstant frischem Luftzug - für das Publikum geöffnet werden. Einige davon wurden in die Wanderstrecke „Andem a Cròt“ einbezogen, während andere wie normale Restaurants besucht werden, die typische Gerichte mit allen traditionellen Speisen aus dem Veltlin anbieten.

5. Der Markt in Pratogiano. Was an jedem Samstag auf dem Platz Pratogiano in Chiavenna stattfindet, ist einer der farbigsten und von den Talbewohnern und Touristen meistbesuchten Märkte. Die Marktstände werden ganztags von zahlreichen Personen aufgesucht, die von der Möglichkeit angezogen werden, zu interessanten Preisen einzukaufen. Der Markt öffnet frühmorgens und an den Ständen sind frisches Obst und Gemüse, Käse, Süßspeisen und Lebensmittel zu finden.



Valtellina

Regionalpark Orobie

— Wanderungen 20



Ein auf Trekkingtouren oder mit dem Mountainbike entdeckenswerter Naturpark inmitten von Weinbergen

Ruhe, Düfte, Farben vermischen sich in den Tälern an der Südseite des Veltlin. Zum Teil sind es noch unentdeckte, bezaubernde Flecken inmitten unberührter Natur. Der Veltliner Teil der Bergamasker Alpen ist von einer Reihe von Tälern durchzogen – vom Val Lesina über das Val Belviso bis hin zum Val Caronella. Hier bietet die wilde Naturlandschaft die Möglichkeit mehrtägiger Trekkingtouren und hier kann man den Geschmack des traditionellen Bitto genießen.

Trekking zwischen Tälern und Schutzhütten

La Gran Via delle Orobie ist der wichtigste Wanderweg im Park der Bergamasker Alpen im Veltlin. Der 130 km lange Höhenweg führt von Delebio bis nach Aprica. Entlang von Saumpfadern, Wanderwegen, Schützengräben der Verteidigungslinie Linea Cadorna trifft man auf alte Eisenminen und Gletscher und kann Gämsen und Steinböcke hautnah erleben. Die Trekkingtour, die einige anspruchsvolle Passagen aufweist, ist ideal, um die Schutzhütten Monte Legnone, Casera di Trona Soliva, Passo San Marco, Dordona, Tagliaferri zu erreichen und die typischen Gerichte zu verkosten. Entlang dieser Route stehen Biwaks und der Agriturismo Bar Bianco als Stützpunkte zur Verfügung.

Mit dem Mountainbike den Park entdecken

Leidenschaftliche Freerider lockt die Decauville auf der Veltliner Seite der Bergamasker Alpen, die auf der alten Bahntrasse verläuft, die früher für

den Personen- und Güterverkehr genutzt wurde. Vom Tal aus führen verschiedene Forststraßen zu den Schutzhütten Della Corte, Alpe Piazza, Alpe Lago, Salmurano, Beniamino, Pirata, Gina und Massimo, und Valtellina. Schöne und vergnügliche Berg- und Talfahrten für Pedalritter.

— Kuriositäten

- 1. Sport.** Es gibt verschiedene Klettersteige, darunter die Tour auf den Monte Tre Signori und den Denti della Vecchia im oberen Gerolatal.
- 2. Serviceleistungen.** Der Park verfügt auch über eine Joëlette, ein geländetaugliches Fahrzeug, das die Teilnahme von Menschen mit besonderen Bedürfnissen an den Ausflügen ermöglicht.
- 3. Gastronomie.** Probieren Sie den traditionellen Bitto, der auch aus Ziegenmilch hergestellt wird, und die Mascherpa oder Alpenricotta.
- 4. Natur.** Sehenswert ist das Ecomuseo (Öko-Museum) des Gerolatal, das Einblicke in die Kultur, die Traditionen und das Alltagsleben in diesen Bergen gewährt.
- 5. Abenteuer.** Die Gleitseilbahn in Albaredo per San Marco lässt Sie absolut sicher über die unberührte Veltliner Natur schweben. Flüge auch im Doppelpack.

—
Regionalpark Orobie Valtellinesi
ph: Roberto Ganassa - Clickalps

#ilPassaporto

Emotionen zum Sammeln

#inLombardia mit #ilPassaporto der Reiseziele reisen und eine Geschichte mit persönlichen Erfahrungen erzählen.

Etappe oder besonderes Ereignis ist ein Stempel. Worauf warten Sie?



#inLombardia PASS

App gratis downloaden und die Lombardei entdecken: in-lombardia.it/de/pass-app



Wie Sie #ilPassaporto erhalten

Besuchen Sie in-lombardia.it/passaporto-lombardia Ihren Pass #inLombardia anfordern und sehen, wo Sie Erfahrungen einen Stempel geben! Komplette Liste auf der Webseite.

 **Destinazione WOW!**
#inLombardia

 **Natura**
#inLombardia

 **Cult City**
#inLombardia

 **Sapore**
#inLombardia

 **inBici**
#inLombardia

 **Cammini**
#inLombardia

 **Lifestyle**
#inLombardia

 **Relax & Wellness**
#inLombardia

 **Golf Experience**
#inLombardia

Einfach App INLOMBARDIA PASS gratis downloaden, sich eintragen anfangen zu reisen!

Mit der App Sehenswürdigkeiten, Kuriositäten und Orte der Region entdecken, wo Sie sich anmelden, stellen Sie sich mit Fragen zum Thema auf die Probe und teilen Sie die Erfahrung mit Ihren Freunden. Je mehr Sie spielen desto mehr Stempel für die Rangliste!

Nähere Infos: in-lombardia.it/de/pass-app



Montieren Sie Aga.

Inhalt

— *Magazin*

03
Valle Brembana
Berge, die man
erleben kann

07
Valle Imagna
die Entdeckung
eines Schatzes

09
Valle di Scalve
durch Natur
und Stille

11
Valle Seriana
und das Bergmassiv
Presolana

15
Drei kleine
Schmuckstücke
der Natur

17
Durch Natur
und antike Bergwerke:
Das Val Trompia

21
Natur, Geschmack
und Traditionen:
Das Val Sabbia

23
Berge antiker
Geschichte:
Valle Camonica

27
Concarena, Gavia
und Mortirolo:
Abenteuer zu Fuß
und mit dem Rad

29
Das Larianische
Dreieck:
Corni di Canzo

33
Monte San Primo
und der Palanzone

35
Valsassina
und Grigne

39
Resegone
und Piani d'Erna

41
Legnone,
Pizzo Tre Signori
und Valvarrone

45
Ein urlaub im herzen
der Alpen: das Valmalenco

49
Val Masino
das wilde herz
der Alpi Retiche

51
Die aufstiege
der meister:
das Valfurva

55
Der nationalpark
stilfserjoch, Bormio
und das Valdidentro

59
Das Valchiavenna
und das Valle
dello Spluga

63
Der Park
der Bergamasker
Alpen im Veltlin

Entdecke mehr über Touren,
Veranstaltungen, Gastlichkeit und
unverfälschte Küche auf der Website
rifugi.lombardia.it/de. Die Hütten in der
Lombardei erwarten dich!



Kolophon — Magazine

Trekking #inLombardia
Touristische- und Werbebroschüre
Kuratiert von Explora S.C.p.A.
Letzter Nachdruck 2019

Trekking #inLombardia

— Magazin

*Lohnenswerte Wege,
Kletterwände, Berggipfel,
Landschaften zum Genießen.
Die Alpen der Lombardei,
ein Erbe, das Wanderern
Emotionen schenkt, Energien
auftankt und unvergessliche
Momente bietet.*

in-lombardia.it
Teilen Sie Ihre Abenteuer #inLombardia

