



Bikepacking: giro della Valtellina e Valchiavenna in 5 giorni



Un giro in Valtellina in bikepacking. Un viaggio itinerante, **una settimana in bicicletta** per scoprire il territorio in modo *slow* e coglierne tutte le sfumature. È stata questa in sintesi la prima avventura in bikepacking che abbiamo fatto io e Franco. **Un progetto** che ha risposto alla nostra voglia di nuovo da una parte, e desiderio di vivere la nostra passione per la bici in modo più profondo dall'altra.

Partiti da Mariano Comense in provincia di Como, nel nostro giro abbiamo per la prima volta viaggiato senza bagagli, portando con noi solo il minimo indispensabile. Non abbiamo però rinunciato al comfort di un **albergo tra una tappa e l'altra**, così come abbiamo avuto il piacere di mangiare in **ristoranti d'eccellenza** dove gustare l'ottima cucina valtellinese. Sei tappe e un **giorno di "riposo", a Livigno**, che abbiamo sfruttato facendo un bel giro in ebike.

Abbiamo impiegato una settimana (5 giorni in Valtellina + 2 giorni lungo il Lario), sempre rigorosamente in bici. L'ideale per una vacanza alla scoperta del territorio.

Colico, Bormio, Livigno, Piuro, Gera Lario le tappe principali del viaggio in Valtellina. 300 km ca, 3600 m di dislivello positivo.

Abbiamo cercato di pedalare quanto più possibile lontano dal traffico sfruttando il **Sentiero Valtellina** e la **ciclabile della Valchiavenna**. Oppure percorrendo i **sentieri off-road** in Alta Valtellina nelle tappe da Bormio a Livigno e da Livigno a Piuro (Valchiavenna). In dotazione due mountain bike front: **Scott Contessa Scale 910** per me e **Scott Scale 900 RC** per Franco. Borse: **Kicking Donkey**.

Perché la Valtellina? È un territorio che amiamo e che abbiamo frequentato spesso in passato; partendo da casa nostra (in provincia di Como) è facilmente raggiungibile; tra ciclabili e sentieri di montagna con una mountain bike si riesce a pedalare quasi sempre lontano dal traffico; per conformazione del territorio si presta bene a un giro ad anello di una settimana; con la sua natura e la sua storia la Valtellina offre molti spunti al cicloturista. Un territorio perfetto da scoprire in bicicletta.

Abbiamo percorso (da casa) in totale **480 km e 5.400 m di dislivello positivo** in 7 giorni. In questo articolo vi racconto dei 5 giorni in Valtellina, da Colico (Lc) a Gera Lario (Co), ossia escludendo tutto il percorso sul lago di Como, fuori dal territorio valtellinese (sponda orientale di Lecco all'andata e sponda occidentale di Como al ritorno).

1. Fino a Bormio seguendo il Sentiero Valtellina

Il nostro giro della Valtellina parte idealmente **da Colico (Lc), dove inizia il Sentiero Valtellina**: pista ciclopedonale che in **114 chilometri** attraversa tutta la valle, fino a Bormio (So), seguendo il fiume Adda.



Dopo i primi chilometri nella **Riserva Naturale del Pian di Spagna** (inizialmente su fondo sterrato), il sentiero raggiunge Morbegno, Sondrio, Tirano, Grosio e Bormio. Diversi i punti di interesse nei dintorni, come **Forte Fuentes e Forte Montecchio Nord** nei primi chilometri, l'**invaso di Ardenno** oppure il **parco delle incisioni rupestri a Grosio**. Se vi fermate a **Morbegno** dovete assaggiare il **Bitto**, formaggio tipico della Valtellina, una vera eccellenza. A **Tirano**, invece, il sentiero entra nelle vie cittadine. Una curiosità: **da Morbegno a Tirano** in alternativa si può percorrere la **Via dei Terrazzamenti**, percorso ciclo-pedonale che si snoda a mezza costa sul versante eretico della bassa e media Valtellina caratterizzato da frequenti saliscendi, più impegnativo rispetto al Sentiero Valtellina.



Continuando sul Sentiero Valtellina, una visita merita **Grosio**: antico borgo di montagna, importante dal punto di vista artistico e storico. Noi abbiamo apprezzato soprattutto la **chiesa di San Giorgio** risalente al XIII secolo, nella bella piazza storica caratterizzata da una fontana poligonale.

Con le sue 40 aree di sosta, 7 punti noleggio e 46 punti di accesso, il Sentiero Valtellina è ideale anche per semplici pedalate in famiglia. Non bisogna però trascurare gli ultimi chilometri: dopo Tirano la strada "si impenna" con una serie di salite. Complessivamente **il dislivello positivo dell'intero sentiero è di circa 1.300 metri**, quasi tutti concentrati negli ultimi 40 chilometri. Per questo motivo l'ideale è dividere il percorso in più giorni, se lo scopo del viaggio è ciclo-turistico. Noi per esempio abbiamo fatto tappa a Morbegno (dopo 100 chilometri da casa) e siamo arrivati a Bormio il secondo giorno.

In inverno sede di Coppa del Mondo di sci, **Bormio** in estate è frequentata da ciclisti provenienti da tutte le parti del mondo che qui soggiornano per pedalare su salite storiche come **Stelvio, Santa Cristina, Gavia, laghi di Cancano e Mortirolo**. Non solo bici da corsa, ma anche mtb grazie ai bellissimi percorsi nella zona. Tappa ideale anche per il nostro giro della Valtellina, meta naturale dopo aver percorso il Sentiero Valtellina. In questo clima votato al ciclismo con tante **proposte bike** non stupisce di trovare proprio a Bormio un bike hotel super attrezzato (a partire dalla bellissima bike room) come l'**Hotel Funivia** che ci accoglie.



Per la cena una location dall'atmosfera suggestiva: il **Ristorante al Filò**, in pieno centro storico. In questo ristorante ricavato da un vecchio fienile e da una stalla risalenti al '600, oltre a gustare dell'ottima cucina con ingredienti della tradizione valtellinese, scopriamo la **pésteda**: tipico condimento aromatico, ottimo anche sui pizzocheri.

Sentiero Valtellina (da Colico a Bormio)

Lunghezza: 113,954 km

Dislivello positivo: 1306 m

Dislivello negativo: 329 m

Fondo asfalto: 94%

2. Da Bormio a Livigno passando dai laghi di Cancano

Siamo al terzo giorno e il nostro viaggio continua: **partiamo da Bormio per raggiungere Livigno**. Anziché il passo del Foscagno su asfalto, il nostro giro prevede la salita ai laghi di Cancano e il passo di Val Alpisella, che sarà per buona parte su sterrato. Ci troviamo nel **Parco Nazionale dello Stelvio** e questo itinerario si sviluppa in un ambiente di rara bellezza. La **salita ai laghi di Cancano** è da apprezzare per la vista sulla Valdidentro e per l'assenza di traffico (per salire le auto devono pagare un pedaggio). Da Bormio **misura circa 13 km, ha una pendenza media del 5% con punte massime del 9% e il dislivello totale supera i 700 metri**. È percorribile anche in bici da corsa in quanto totalmente asfaltata. I tornanti degli ultimi chilometri disegnano la montagna e sono ben visibili dalle **Torri di Fraele** (1930 m s.l.m.), torri di segnalazione costruite nel 1391, che si trovano alla fine della salita.



Segnatevi il 22 ottobre: la 18ª tappa del Giro d'Italia passerà di qui per la prima volta, e l'arrivo sarà proprio ai laghi di Cancano. Il prossimo 28 agosto, invece, la strada ai laghi sarà completamente chiusa ai mezzi a motore grazie a **Enjoy Stelvio National Park**.

Una salita davvero bella quella ai laghi di Cancano – qui la chiamano The Princess – che conduce ad un luogo altrettanto bello, un vero paradiso: i due bacini artificiali dall'inconfondibile colore turchese, **lago di Cancano II e lago di S. Giacomo**. Il giro intorno ai laghi su fondo sterrato è lungo 21 chilometri e per natura pressoché pianeggiante.



Nel nostro giro seguiamo la sponda sinistra dei due laghi fino a raggiungere l'ultima salita di giornata, quella che in circa quattro chilometri ci porterà al **passo di Val Alpisella** (2290 m s.l.m.), sopra Livigno, sempre su fondo sterrato con una pendenza piuttosto costante. Ci troviamo sul percorso dell'Alta Valtellina Mtb Marathon, una delle gare più apprezzate a livello nazionale e non solo, a cui io stessa ho avuto il piacere di partecipare in passato.



In Val Alpisella, poco prima di arrivare al passo, si trovano le **Sorgenti dell'Adda (2122 m s.l.m.)**: il quarto fiume italiano per lunghezza, il maggiore immissario del lago di Como e il più lungo affluente del Po. Lo stesso che abbiamo seguito il giorno prima facendo il Sentiero Valtellina. Raggiunto il passo a 2290 m s.l.m., ci aspettano cinque chilometri di discesa sempre su bella mulattiera fino al lago di Livigno. Totale tappa: **37,5 km, +1.200 m di dislivello**.



Salita ai laghi di Cancano

Lunghezza: 9 km

Dislivello: 739 m

Pendenza media: 7%

Pendenza massima: 7%

3. Un giorno di "riposo" in e-bike a Livigno

Il nostro tour prevede una giornata di riposo, o meglio n"di scarico", a Livigno, il Piccolo Tibet. Dopo tre giorni passati pedalando, abbiamo deciso di farlo anche il quarto giorno 😊 Questa volta però in sella a una e-bike, che ci viene gentilmente fornita da **Silene Sport Livigno**, un punto di riferimento per il noleggio a Livigno. Tra i diversi tour che si possono fare nella zona, optiamo per il **Giro delle Tee**: circa 18 chilometri (470 m di dislivello positivo) con vista spettacolare sul Piccolo Tibet.



L'itinerario è così chiamato perché tra boschi e pascoli si incontrano le Tee, caratteristiche baite in legno tipiche della zona. E dove pranziamo se non in una tea? Pranzo prenotato in zona Carosello 3000 alla [Tea da Cip & Ciop](#), che vi consiglio prima di tutto per il panorama: in posizione elevata, dalle sue terrazze la vista spazia su Livigno e i monti circostanti. Chi non vorrebbe pranzare così?



Approfittando della pedalata assistita dal ponte della Calcheira arriviamo anche in **Val Federia** per un caffè. Raggiungiamo l'agriturismo Federia in 7 chilometri di bella salita e 460 m di dislivello positivo. Circondati dalla bellezza della valle.



Dopo una giornata in bici le opportunità di **relax a Livigno** sono molteplici: centro benessere **Aquagrandà** oppure shopping in centro, o ancora aperitivo in uno dei tanti locali che popolano la località. Noi chiudiamo la giornata con cena presso il **Ristorante la Pòsa dello chef Luca Galli**, dove la cucina alpina è rivista in chiave moderna. Un'eccellenza a Livigno. Il nostro soggiorno a Livigno è stato splendido anche grazie ai comfort dell'**Hotel Flora**, un elegante 4 stelle in posizione centralissima.

Il giro delle Tee

Lunghezza: 18 km
Dislivello positivo: 469 m
Dislivello negativo: 470 m
Pendenza massima in salita: 14%
Pendenza massima discesa: 26%
Asfalto: 30%
Partenza: parcheggio Pont de la Calcheira

4. Da Livigno alla Valchiavenna su single track

Forcola, Bernina, Maloja e Val Bregaglia. Questi in sintesi i passaggi della tappa **da Livigno a Piuro in Valchiavenna**. Per portarci fuori da Livigno sfruttiamo la bellissima **ciclo-pedonale**: 18 km sui due versanti dell'altopiano, un vero punto di forza per questa località, ideale per spostarsi da un punto all'altro di Livigno in assoluta tranquillità.



In prossimità del parcheggio P8 dell'Alpe Vago inizia il bel **sentiero della Forcola**, che risale la valle, parallelo alla strada fino all'omonimo passo (segnavia 101): 15 km su sterrato sempre in leggera salita con una pendenza che si accentua nel finale. Gli ultimi 500 metri circa sono da fare con la bici a mano. Quando arriviamo in cima (Forcola di Livigno 2.315 m s.l.m.) la soddisfazione è grande!



Procediamo quindi off-road prendendo il **sentiero Forcola - Val Minore**: il percorso, che è stato inaugurato nel 2015, prende il via dal Passo della Forcola e si sviluppa a una quota costante sopra i duemila metri fino all'arrivo in Val Minore e all'Ospizio Bernina, in territorio elvetico. Un sentiero strategico perché collega tre regioni molto ricche di trail per i biker: Valposchiavo, Livigno e Alta Engadina.



L'itinerario è interamente percorribile in mtb, ma il nostro assetto bike packing ci ha costretti a qualche breve tratto a piedi, i più esposti. Il percorso è molto panoramico, un'esperienza che consiglio. Vi lascio immaginare la meraviglia e l'entusiasmo di farlo in bikepacking!

Sentiero Forcola – Val Minore

Lunghezza: 5,4 km

Dislivello positivo: 182 m

Dislivello negativo: 184 m

Da Ospizio Bernina si può successivamente scendere a Saint Moritz seguendo un single trail *di prim'ordine – talmente straordinario che l'International Mountainbike Association ha inserito il percorso Bernina Express nella lista degli Epic Trails* (schweizmobil.ch). Oppure procedere sulla strada sperando di non trovare troppo traffico. Fino a Saint Moritz è comunque quasi tutta discesa. Seguono una ventina di chilometri su falsopiano con vento sempre contro fino al passo del Maloja (1.815 m s.l.m.), in Val Bregaglia. Dal passo è tutta discesa fino in Valchiavenna. Totale tappa: **90 km, 955 metri di dislivello positivo, 2293 m di dislivello negativo.**

Ad aspettarci, a Piuro, una graziosa sistemazione presso **Casa Pasini Foresteria**, romantica ed elegante, dove pavimenti e i soffitti delle stanze sono originali dell'epoca e frutto di un accurato lavoro di restauro.



A due passi dal cinquecentesco Palazzo Vertemate Franchi. L'ideale per un soggiorno tranquillo, immersi nella natura, nella splendida cornice di un borgo ricco di storia. Come finire poi la giornata, se non con cena in un tipico **croto della Valchiavenna**? E lo facciamo cenando al **croto Belvedere** a Piuro, fondato nel lontano 1646. Tra i piatti a menù, da gustare assolutamente gli **gnocchetti della Valchiavenna**, anche detti "pizzocheri bianchi al cucchiaino", visto il suo utilizzo nella realizzazione di questo piatto.



Cosa sono i crotti

Cantine naturali formatesi sotto i massi di antiche frane da cui spira il "sorel", una corrente d'aria a temperatura costante, fresca d'estate e tiepida d'inverno, che rende l'ambiente ideale per la maturazione del vino e la stagionatura di salumi ed insaccati. In Valchiavenna, quasi ogni comune ha una sua zona dove i crotti formano degli insiemi edilizi ed urbanistici assai suggestivi, incastonati fra le rocce, addossati gli uni agli altri. Alcuni crotti sono aperti al pubblico e sono diventati ristoranti dove viene offerta una cucina genuina e ricca di tradizione in un ambiente tipico a cui non manca un tocco di raffinatezza. Fonte: valchiavenna.com.

5. Storia e natura in Valchiavenna sulla ciclabile

Un territorio ricco di storia la Valchiavenna, il cui patrimonio da questo punto di vista è ben rappresentato dal **Palazzo Vertemate Franchi**, una delle più belle e affascinanti dimore cinquecentesche lombarde. Un posto che ci ha letteralmente conquistati con i suoi giardini e le sue stanze affrescate. Tante le curiosità legate a questa dimora, all'epoca casa estiva della famiglia Vertemate. Pensare che il palazzo principale si trovava nell'antica Piuro, rasa al suolo dalla frana del 1618, ed era più sfarzoso. Una visita "magica" guidati letteralmente in un viaggio dentro la storia. A Palazzo Vertemate Franchi sono consentite solo visite guidate. Per maggiori informazioni e aggiornamenti su eventuali misure anti-covid vi consiglio di consultare il [sito ufficiale](#).



Dopo la visita ci viene offerto un picnic da Casa Pasini Foresteria: un modo semplice e genuino di gustare i prodotti tipici all'aria aperta. Prese le nostre bici decidiamo di consumarlo ai piedi delle **cascate dell'Acqua Fraggia**, ammirati dal loro suggestivo spettacolo, oltre che rinfrescati dalla naturale nebulizzazione dell'acqua. Davvero piacevole, considerando la giornata molto calda!



Frittata di erbe, panino con Brisaola, insalata estiva di saraceno e selezione di formaggi è il menù del nostro picnic davvero apprezzato.



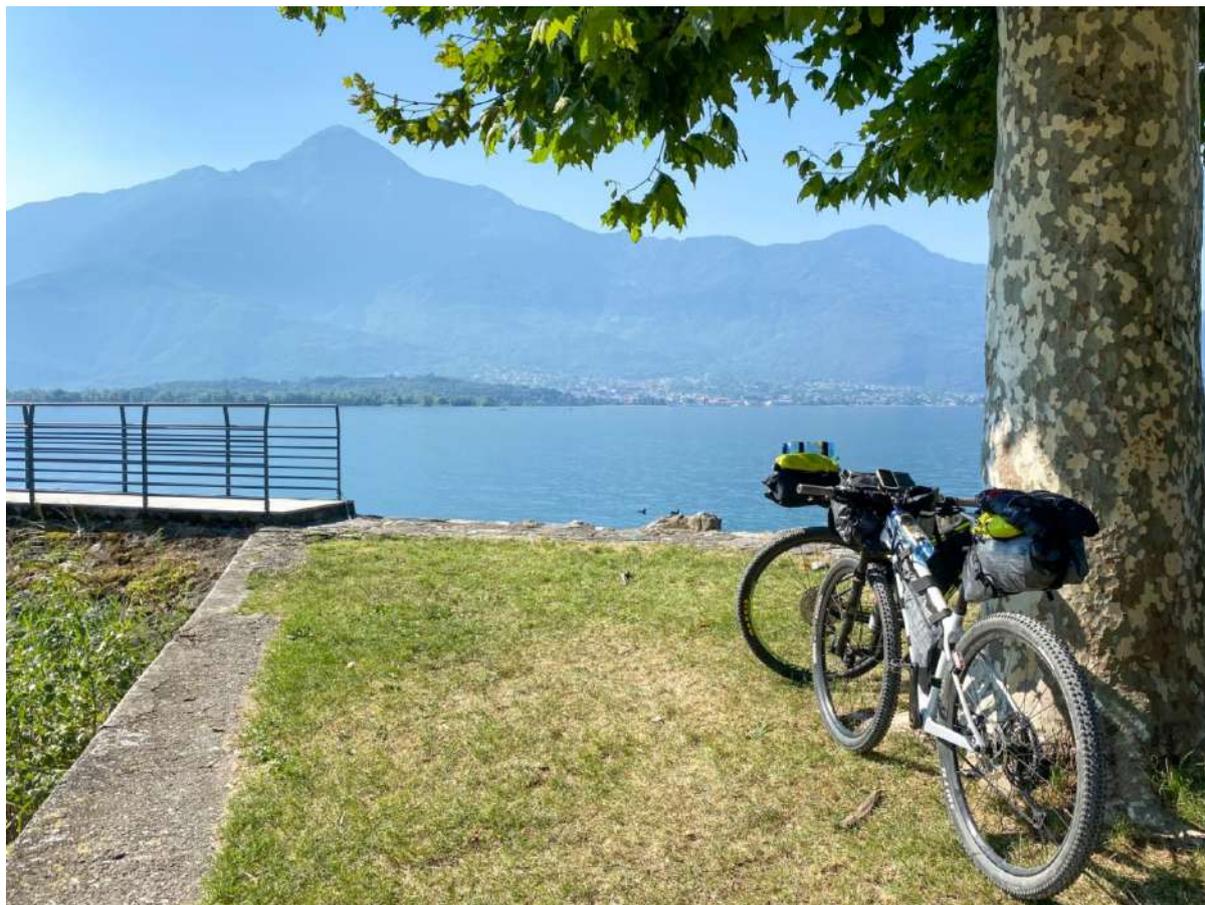
Ripartiamo quindi per il nostro viaggio che in giornata ci porterà sul lago di Como. È questa l'ultima tappa in Valtellina del nostro giro. Seguiamo la **ciclabile della Valchiavenna**: un percorso di fondovalle che dal confine svizzero in Val Bregaglia arriva fino a Colico. 40 km circa che toccano Piuro, le cascate dell'Acqua Fraggia, Chiavenna, la zona dei crotti, il lago di Mezzola e la Riserva Naturale del Pian di Spagna fino a congiungersi col Sentiero Valtellina. **Prima di Chiavenna uno dei punti più belli** della ciclabile, che qui lambisce il Parco delle Marmitte dei Giganti.



Una caratteristica di questa zona (a nord di Chiavenna) è la **presenza di grandi massi**, effetto delle frane che si verificarono circa 15.000 anni fa. Dai loro anfratti spirano persistentemente soffi d'aria a temperatura costante tra 6 e 8 gradi: i *sorei*, sfruttati per la costruzione dei crotti. Chiavenna, che dà il nome alla valle, è attraversata dal **torrente Mera** e ha un bel centro storico con edifici del '500. Meriterebbe una visita più attenta. Solo rimandata, perché siamo sicuri torneremo ancora a pedalare in Valchiavenna, magari a settembre in occasione della **Sagra dei Crotti**. In pochi chilometri raggiungiamo il lago di Mezzola e la Riserva Naturale del Pian di Spagna.



A questo punto non torniamo a Colico, ma ci dirigiamo a Gera Lario (Co), sulla sponda occidentale del lago di Como. Il giro della Valtellina in bike packing possiamo dire finisce qui, anche se in realtà per tornare a casa avremo ancora una tappa il giorno seguente: da Gera Lario a Mariano Comense costeggiando il lago di Como. Totale tappa: **37 km, 151 m di dislivello positivo, 302 m di dislivello negativo.**



La ciclabile della Valchiavenna

Lunghezza: 42 km (da Colico)

Dislivello:

Asfalto: 93%

Se volete vedere gli highlights del nostro giro in Valtellina e vivere un po' delle emozioni che abbiamo vissuto noi durante il viaggio, vi consiglio le storie in evidenza sul mio profilo Instagram [@paolabgood](#).

Giro della Valtellina in bici: alcuni consigli

Il Sentiero Valtellina si può fare in più giorni tenendo conto che la difficoltà e il dislivello sono concentrati soprattutto negli ultimi 30 km.

Il giro della Valtellina che abbiamo fatto noi **si presta a delle varianti**. Per esempio da Morbegno a Tirano si può percorrere la Via dei Terrazzamenti anziché il Sentiero Valtellina. Bisogna considerare però che è più impegnativo.

Si può fare anche con una gravel? Da Bormio fino a Piuro in Valchiavenna il nostro percorso prevede tratti in sterrato e alcuni single track da mountain bike, dove la gravel non è indicata (soprattutto il sentiero Forcola - Val Minore).

Comprese le tappe sul lago il nostro viaggio è durato 7 giorni (6 notti). **Siamo riusciti a portare tutto l'essenziale con un set di tre borse a bici:** frame bag, seat bag da 12 L e front bag.

Il periodo migliore per questo giro è quello estivo perché in Alta Valtellina si superano anche i 2000 metri di quota.

Un grazie speciale per il supporto a Scott Italia (bici, abbigliamento e accessori), Kicking Donkey (borse per il bikepacking), Keforma (integratori).

Grazie di cuore anche a Valtellina Turismo, Bormio Marketing, APT Livigno e Valchiavenna Turismo che mi hanno aiutata nell'organizzazione di questo giro della Valtellina in bicicletta.