



In Valtellina nasce il Cammino mariano delle Alpi



Cammino Mariano Delle Alpi

Un nuovo itinerario di trekking che attraversa gran parte della Valtellina e che tocca alcuni dei luoghi più importanti di devozione mariana della provincia di Sondrio.

Si tratta del Cammino mariano delle Alpi, un progetto di grande valenza religiosa, culturale e turistica che nasce con l'obiettivo di accompagnare i pellegrini che decidono di scoprire la Valtellina fino al rinomato santuario della Madonna di Tirano, proclamato nel 1946 da Papa Pio XII "Celeste Patrona della Valtellina".

Un cammino unico per la Valtellina, che va a completare l'offerta trekking del territorio. Il punto di partenza della Via Occidentale è Piantedo, uno dei primi paesi che accoglie i turisti una volta entrati in Valtellina, e da qui si percorrerà la valle, tra antichi borghi che narrano la storia di questa destinazione, paesaggi naturali di incredibile bellezza, in primis i caratteristici terrazzamenti vitati e, ultimi ma non per importanza, piatti tipici che celebrano la tradizione culinaria del luogo.

Non si tratta di un semplice itinerario di trekking dove instancabili camminatori possono mettersi alla prova, ma di un autentico percorso che unisce perfettamente natura, sport e spiritualità.

Orientarsi lungo il Cammino mariano delle Alpi è semplice, infatti su tutto l'itinerario sono presenti cartelli con il logo ufficiale del Cammino che segnalano la via corretta ai pellegrini, proprio come su ogni sentiero di montagna.

Inoltre, da una prima analisi del logo, i turisti possono subito comprendere meglio la natura di questo itinerario: si possono ammirare il profilo di Maria, il profilo delle Alpi e un sentiero, ovvero i tre aspetti principali del Cammino – fede, natura e trekking – il tutto in azzurro, colore che nella tradizione rappresenta il colore di Maria.

Per maggiori informazioni: <https://camminomarianodellealpi.it/>
<https://www.valtellina.it/cammino-mariano-delle-alpi>



Borghi di montagna, alcuni dei meno noti d'Italia



Allo sbocco della Val Grosina in Valtellina, il borgo di **Grosio** incanta con il **Parco delle Incisioni Rupestri**, visitabile con visite guidate, dove la vita degli abitanti dell'Età del Bronzo è raccontata dalle incisioni sulla Rupe Magna. Catturano lo sguardo anche i due castelli, il **Castello Nuovo** e il **Castello di San Faustino**, e la Villa Visconti Venosta con giardino di 20.000 metri quadri.

Il Messaggero



**Vivere meglio
Anche il fitness
è sostenibile,
chi corre
raccolge rifiuti**

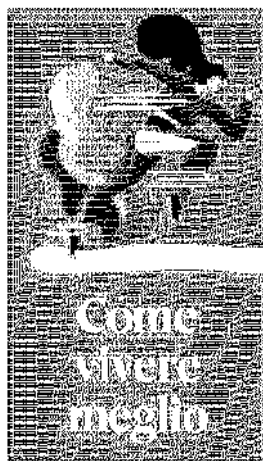
Patriarca a pag. 25

Una sessione
di Plogging
e, a destra,
la British
Library

Si fanno strada discipline sostenibili come il Plogging, che unisce il jogging alla pulizia dell'ambiente. Il guru di questa tecnica, Roberto Cavallo: «Si può consumare il 30-50 per cento in più di calorie»

Correre a caccia di rifiuti Il fitness diventa green

**E NELLO YORKSHIRE
UN PARCO È STATO DOTATO
DI MACCHINARI SU CUI
I CITTADINI, ALLENANDOSI,
PRODUCONO ENERGIA
ELETTRICA PER L'AREA**



IL FENOMENO

Il mondo del fitness si fa sempre più green e strizza l'occhio a un futuro ecosostenibile. L'esempio più eclatante

è quello della cittadina britannica di Kingston upon Hull, nello Yorkshire, nel cui parco pubblico è stata realizzata una palestra en plein air dove, grazie al movimento dei macchinari su cui si allenano i cittadini, si produce energia per illuminare l'intera zona urbana circostante, sfruttando il principio che l'energia cinetica prodotta da chi fa fitness con gli strumenti outdoor viene trasformata in energia elettrica. L'accesso è gratuito e l'obiettivo della Tgo Green Heart, con l'ausilio del Ministero della Salute britannico, è di replicare l'esperimento in maniera capillare sul territorio nazionale.

Nel trend ecofriendly del fitness "verde" si inserisce anche il Plogging, la nuova attività outdoor che consiste nella raccolta di rifiuti che si trovano lungo il cammino mentre si fa jogging o trekking. A lanciare questa tendenza è stato, in Svezia, Erik Ahlstrom, che ha fuso il termine plocka upp (in svedese "raccolgere") con l'inglese jogging. Scarpe da running, abbigliamento sportivo, una borsa nella quale riporre i rifiuti e un paio di guanti da lavoro, o un bastone con la pinza, sono gli strumenti di questo allenamento all'aperto che fa bene al corpo, alla mente e all'ambiente.

LA GARA

Di recente in Italia si è conclusa l'VIII edizione della maratona Keep Clean and Run (il plogging più lungo del mondo), capitanata dal "guru" italiano di questa tecnica, l'ecorunner Roberto Cavallo (www.keepleanandrun.com) e già ci si prepara alla II edizione dei Campionati del Mondo (ideati dallo stesso Cavallo), che si terrà dal 30 settembre al 2 ottobre in Piemonte, in Val Chisone (www.world-ploggingchampionship.com). Nella prima edizione, lo scorso anno, al termine della gara i rifiuti raccolti dai plogger sono stati corrispondenti a quasi 800 kg. lungo un percorso di 1780 km di sentieri sulle Alpi torinesi della Val Pollice.

Come spiega Roberto «la corsa raccogliendo i rifiuti può essere praticata singolarmente o in gruppo, ed è una disciplina sportiva per tutti, in grado di coinvolgere in modo divertente i ragazzi, così come gli adulti e gli atleti professionisti. Tra i principali benefici? La possibilità di stare all'aria aperta e l'impegno attivo per la salvaguardia del Pianeta. Ma c'è anche un concreto giovamento per il fisico: il plogging permette di consumare tra il 30 e il 50 per cento di calorie in più rispetto a una normale corsa».

ANTISTRESS

Secondo l'app di fitness Lifesum praticare mezz'ora di jogging, svolgendo in contemporanea la raccolta di rifiuti che si incontrano sul percorso, permette di bruciare circa 288 calorie. Il plogging si può fare anche in spiaggia: allevia lo stress e promuove il rilascio delle endorfine, migliorando l'umore. I momenti di stop, dedicati a raccogliere plastica e rifiuti, stimolano il corpo a piegamenti simili agli squat e agli affondi in una sorta di "interval training" naturale. Quando si raccolgono i rifiuti da terra è bene piegarsi su una gamba o accovacciarsi, in modo da allenare anche i muscoli di anche, adduttori e caviglie. È preferibile non portare la borsa sempre sullo stesso braccio, ma alternare il peso fra le braccia, in modo che sia distribuito equamente. Questa sana mania ha contagiato Livigno, in Valtellina, dove si punterà anche quest'estate sul plogging come attività proposta alle famiglie di turisti: prima di partire per un'escursione gli hotel forniranno gli ospiti di un kit per la raccolta dei rifiuti, composto da zaino, guanti e pinza; al ritorno ci sarà un gadget "eco" per chi ha dimostrato di coniugare il trekking con l'amore per il paesaggio alpino pulito e incontaminato.

Maria Serena Patriarca

© RIPRODUZIONE RISERVATA



032800



3 borghi più belli della Lombardia da visitare in estate

La Lombardia è una delle regioni italiane che offre una miriade di possibilità di svago culturale e non e custodisce preziosi borghi dove organizzare un weekend, una vacanze o una semplicissima gita fuori porta estiva di tutto rispetto. Ecco quali sono i più belli ed autentici.

Migliori borghi lombardi da scoprire durante il periodo estivo: quali sono e consigli su cosa fare e cosa vedere

Durante il periodo estivo, i **borghi della Lombardia** si vestono di pura magia ed assumono colori e sfumature davvero uniche, per non parlare dei straordinari profumi.

La **Lombardia**, tra valli, laghi e lussureggianti montagne, si presenta con un territorio incredibilmente variegato che è costellato da preziosissimi borghi dalla bellezza disarmante che meritano di essere vissuti e scoperti soprattutto durante "La bella stagione".

E' arrivato il momento di scoprire insieme quali sono i **3 borghi più belli della Lombardia da visitare in estate**.



Chiavenna – Lombardia

Chiavenna è un borgo dalla chiara impronta medievale situato nell'omonima valle in provincia di Sondrio, fa parte del circuito delle "*Città Slow d'Italia*" e si fregia anche della prestigiosa **Bandiera del Touring Club Italiano**.

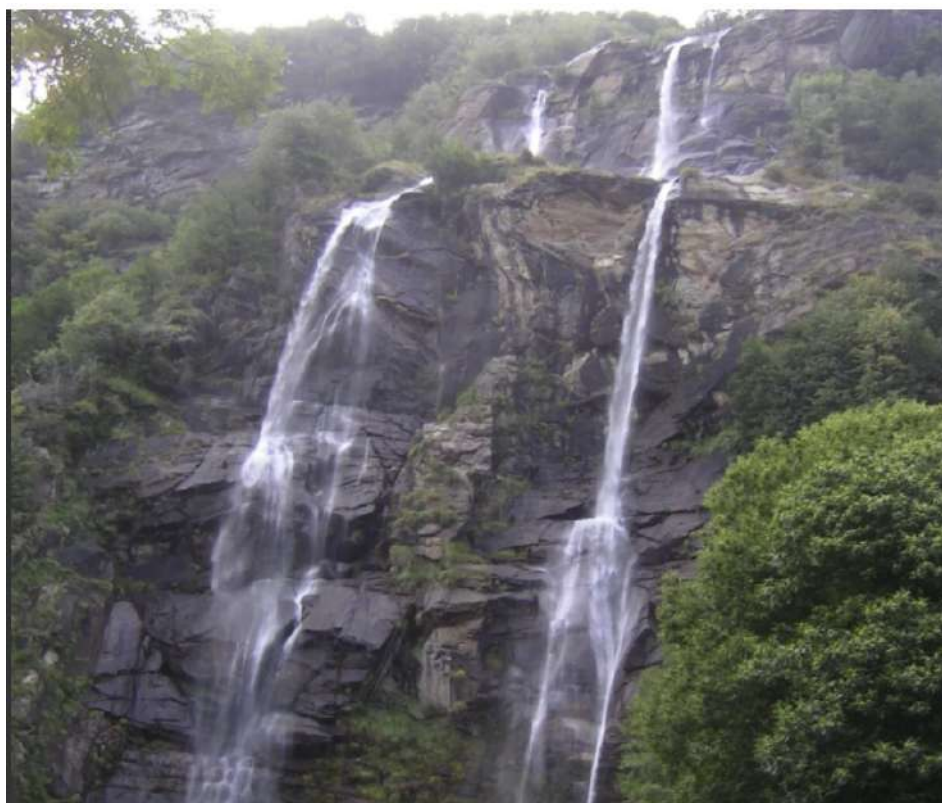
Questo è un magnifico gioiello di arte, storia e cultura situato quasi al confine con la Svizzera, è attraversato dal Fiume Mera e, oltre ad essere un vero e proprio museo a cielo aperto, custodisce un patrimonio naturalistico e paesaggistico di inestimabile valore; non a caso ci troviamo in **Valchiavenna**.

I **monumenti** più prestigiosi ed interessanti da visitare a **Chiavenna** sono la maestosa ed imponente **Collegiata di San Lorenzo** la cui costruzione è iniziata durante il V secolo al cui interno ospita il **Museo del Tesoro** dove è possibile ammirare la preziosissima e celebre "Pace di Chiavenna", il settecentesco **Palazzo Salis** ed il magnifico **Palazzo Vertemate** risalente al XVI secolo ed è uno dei **palazzi storici** più prestigiosi della Lombardia.

Le **escursioni più belle da fare a Chiavenna** sono quella alle **Cascate dell'Acquafraggia**, agli **Scavi Archeologici di Piuro** la cosiddetta "Pompei delle Alpi", alla **Riserva del Pian di Spagna** ed al **Parco delle Marmitte Giganti**, opera naturalistica più unica che rara.

Come già detto, **Chiavenna** è anche una "**Città Slow d'Italia**" quindi organizzare *tour enogastronomici*, è cosa giusta.







Ponti sospesi, un regalo per gli escursionisti. Ecco i più famosi e suggestivi



Per qualcuno è solo una "moda", una semplice attrazione turistica e uno scenario per i selfie, ma per gli escursionisti sono sempre uno strumento per andare da qualche parte. Ecco i più famosi

I ponti sospesi sono un richiamo irresistibile. Quella leggera scarica di adrenalina che comporta camminare nel vuoto attraversando una passerella lunga qualche decina di metri e tenuta insieme solo da quattro funi - peraltro in acciaio - produce un'emozione che permane a lungo tra i ricordi che si portano a casa da un'escursione. Per qualcuno è solo una "moda" (fino a pochi anni fa ce n'erano solo un paio su tutto l'arco alpino mentre oggi se ne contano decine e il conto non smette di salire), una semplice attrazione turistica e uno scenario per i selfie ma per gli escursionisti sono sempre uno strumento per andare da qualche parte.

TRATTI DI SENTIERO – Detto che non sono da confondersi con i ponti tibetani la cui definizione implica la presenza di sole tre funi, una usata per camminare e due come corrimano, i ponti sospesi hanno una effettiva funzione di collegamento tra due

versanti di una valle che altrimenti richiederebbe una strada lunga ed impervia e spesso sono veri e propri tratti di sentiero con cui si raggiunge una vetta o l'accesso ad una via ferrata.

IN VALTELLINA E VAL BREMBANA – E se in Lombardia in Valtellina i 140 metri del Ponte nel Cielo uniscono Campo Tartano alle baite in quota sopra la diga Colombera, la prossima estate dovrebbe venire inaugurato il Ponte di Dossena in Val Brembana nella bergamasca: ben 505 metri con sette funi (ben tre di sicurezza) che ne farebbero il ponte sospeso più lungo al mondo "a campata unica e a pedata discontinua". L'orizzonte regalerà un panorama sulle Prealpi Orobiche mentre 120 metri sotto ai piedi ci sarà una cava di gesso.



Dallo Stelvio allo Spluga, dal Gavia al Mortirolo, 16 date per pedalare su 8 grandi salite lombarde

Chiuse ai motori, aperte alle emozioni. La tagline di **Enjoy Stelvio Valtellina** ben sintetizza l'evoluzione del progetto nato cinque anni fa come Enjoy Stelvio National Park, per consentire ai ciclisti di vivere in totale sicurezza l'esperienza di scalata delle **grandi salite della Lombardia** settentrionale.

COME SI SVOLGE ENJOY STELVIO – L’iniziativa prevede un calendario di chiusure al traffico motorizzato delle più famose strade montane del **Parco Nazionale dello Stelvio** e della **Provincia di Sondrio**. Senza la coabitazione con auto

e moto, i ciclisti possono godersi in tutta tranquillità l’emozione della scalata e gli splendidi scenari naturali in cui questi percorsi si sviluppano. Non si tratta di iniziative competitive, ma della possibilità di scalare una o più volte un’ascesa in condizioni di totale sicurezza.

DOVE SI SVOLGE – Cresciuta negli anni in numero di partecipanti – provenienti da tutta Italia e da molti paesi europei – ed interessando sempre **nuovi percorsi**, da quest’anno l’iniziativa amplia ancor più i propri orizzonti diventando Enjoy Stelvio Valtellina. Alle “tradizionali” salite del Parco Nazionale dello Stelvio e dintorni (Stelvio, Gavia, Cancano, Mortirolo e Bormio 2000) si aggiungono nuove scalate in tutta la Provincia di Sondrio. Gli appassionati potranno mettersi alla prova anche sul Passo Spluga (in Valchiavenna), sul Passo San Marco (sia dalla Valle del Bitto di Albaredo, sia sul versante bergamasco) e sulla salita a Campo Moro (in Valmalenco).



Scoperto dal Giro nei primi anni Novanta, il Passo del Mortirolo è un'ascesa totemica per i ciclisti di tutto il mondo (Foto Parco Nazionale dello Stelvio)



Dal 1° giugno al 17 settembre sono 16 le chiusure di Enjoy Stelvio Valtellina in programma nella primavera-estate 2022 (Foto Parco Nazionale dello Stelvio)

QUANDO SI SVOLGE – Il primo appuntamento sarà mercoledì 1 giugno con la chiusura della salita verso **Campo Moro**. Sempre nel mese di giugno verranno chiusi il **Passo dello Spluga** (domenica 5 giugno), il **Passo San Marco** (sabato 18 giugno), la salita ai **Laghi di Cancano** (venerdì 24 giugno), il **Passo dello Stelvio** (sabato 25 giugno) e la salita a **Bormio 2000** (domenica 26 giugno).

Nel mese di luglio le chiusure saranno sei, distribuite in quattro date: domenica 3 luglio verrà chiuso il **Passo dello Spluga**, mercoledì 6 si salirà senza auto a **Campo Moro**, sabato 23 luglio si potranno scalare sia i **Laghi di Cancano** che **Bormio 2000**, mentre domenica 24 luglio si sfideranno il **Passo Gavia** e il **Passo del Mortirolo**. In questi due casi la formula “only for the bravest” prevedrà la chiusura del primo colle al mattino e quella del secondo al pomeriggio.

Dopo lo stop agostano, le chiusure riprenderanno alla fine dell'estate con il **Passo del Mortirolo** (giovedì 1 settembre), la salita ai **Laghi di Cancano** (venerdì 2 settembre), il **Passo dello Stelvio** (sabato 3 settembre), il **Passo Gavia** e il **Passo dello Spluga** (domenica 4 settembre), la salita a **Campo Moro** (mercoledì 7 settembre) e il **Passo San Marco** (sabato 17 settembre).

INFO – Per informazioni sugli orari di chiusura si può consultare il sito [**Enjoy Stelvio Park**](#).



Valtellina: trekking, castelli, pizzoccheri. E un nuovo spirito green

Percorsi green, vini biodinamici, materie prime locali d'eccellenza. Le montagne lombarde hanno una nuova missione: conciliare tradizione e sostenibilità. Ecco tutte le dritte per un weekend di primavera in Valtellina. Tra fondovalle ed escursioni vetta, castelli e vigneti



1 / 13 - Valtellina: trekking, castelli, pizzoccheri. Tutto il meglio in un weekend

Dalle parole ai fatti. Alla fine di novembre 2021 il Consorzio turistico della Media Valtellina ha aderito al Protocollo lombardo per lo sviluppo sostenibile, tra i progetti più avanzati a livello italiano e internazionale nell'ambito della "transizione ecologica".

Da allora molte novità si sono messe in moto tra i monti a due ore da Milano. In vista delle Olimpiadi 2026 e del complesso sistema di accoglienza che rischierebbe di impattare notevolmente anche su questa parte della Valtellina, tutto si sta facendo *green*. Un vero Rinascimento per la microregione che inizia appena dopo Sondrio e arriva fino a Grosio (info: valtellinaturismo.com).

Valtellina: il Sentiero dei Castelli

La storica prosperità della zona si avverte esplorando il territorio, nei palazzi patrizi che costellano i borghi, lungo tracciati un tempo strategici che portavano dal mare al Centro Europa, o nelle strutture militari che si ammirano lungo il Sentiero dei castelli.

È un anello di circa 30 chilometri che porta al cospetto del maniero di San Faustino e di quello Nuovo, a Grosio, che dominano il colle del Parco delle incisioni rupestri, o della fortezza di Santa Maria a Tirano, fatta edificare da Ludovico il Moro, della torre De Li Beli Miri, simbolo di Teglio, e del castello di Bellaguarda, a Tovo di Sant'Agata. Mura e ruderi che raccontano storie importanti.

Bresaola, pizzocchero, Casera: le eccellenze gastronomiche della Valtellina

Vengono da lontano, e sono perpetuate con cura, anche le eccellenze gastronomiche valtellinesi, pronte però oggi a reiventarsi all'insegna del corretto rapporto con l'ambiente e il territorio.

“Basta guardarsi indietro, la bontà è proprio là”, esordisce Stefano Besseghini, giovane patron della Macelleria Storica Poretti, a Tirano (largo Pretorio 1, tel. 0342.01.74.40). “A fare la differenza sono gli ingredienti, che vanno trattati con semplicità. Come facevano i nostri nonni”. Niente spezie o aromi nella sua bresaola, meglio piuttosto una lunga e rischiosa stagionatura. Lo stesso vale per i salumi, prodotti con le carni provenienti da un vicino allevamento di famiglia.

Severa custode del piatto principe valtellinese è invece l'Accademia del pizzocchero (accademiadelpizzocchero.it) di Teglio. Non si può visitare, ma certifica i ristoranti che servono la ricetta originale senza variazioni (loro direbbero obbrobri). Guai a sostituire le verze con gli spinaci, per esempio, o a non usare il Casera dop.

Tra i templi di questo prelibato formaggio c'è la Latteria sociale di Chiuro, nel cui spaccio annesso al caseificio si fa incetta del meglio della produzione casearia (via Nazionale dello Stelvio 18, tel. 0342.48.34.38, latteriachiuero.it).

“Usiamo solo latte da stalle che si trovano entro 30 chilometri dalla nostra sede, tutte dotate della certificazione per il benessere animale”, spiega Matilde Robustelli. “Nei locali della latteria viene messo a stagionare anche il rinomato Bitto dop, ma la sorpresa è il particolare yogurt AlpiYò. Abbiamo unito il nostro latte a confetture prodotte in Valtellina da ragazzi che hanno recuperato terreni abbandonati per coltivarvi piccoli frutti”.

Tra Chiuro e Tirano corre anche la Via dei terrazzamenti, un itinerario a mezzacosta da fare a piedi o in bici sul versante soleggiato della vallata che, con dislivelli moderati e 40 aree di sosta per riposare, procede tra vigneti e cantine eccellenti.

Merita una sosta la Casa Vinicola La Torre di Bianzone, da oltre dieci anni votata all'agricoltura biodinamica (via Teglio 6/10, Bianzone, cell. 380.455.01.29). E a Chiuro la cantina di Balgera vini, solo rossi valtelinesi, è un'istituzione (corso Maurizio Quadrio 26, tel. 0342.48.22.03, vinibalgera.it).

Sotto, scorre sempre l'Adda. Una recentissima sentenza della Cassazione ha ribadito per i fiumi e torrenti della valle il principio del "deflusso minimo vitale": giusto sfruttare l'energia pulita dei corsi d'acqua, ma senza compromettere l'ambiente fluviale. È un esercizio delicato, l'ecologia.

Valtellina: ultima neve, escursioni in bici e a piedi

Abbandonato il fondovalle, si scoprono luoghi defilati, ma di grande suggestione. Qui si può sfruttare l'ultima neve in modalità sostenibile e *slow*, coprendo allo stesso tempo panorami inediti da ritrovare poi a piedi o pedali con il cambio di stagione.

Il rifugio nel borgo di Eita, a 1703 metri e a quattro ore di marcia da Grosio, è la base per infiniti itinerari in Val Grosina (rifugioeita.it).

Intorno a Prato Valentino, appena a monte di Teglio, vengono battuti in permanenza due percorsi per le ciaspole. Di tutto relax l'anello Verdomana, quasi sei chilometri tra boschi e baite isolate senza salite di rilievo.

L'escursione più gratificante porta in vetta del Doss Laù, a otto chilometri da Prato Valentino. Si raggiunge la cima in meno di due ore e si gode della vista sul Gruppo dell'Adamello e sulle Orobie Valtellinesi. "È frequentato anche dagli scialpinisti, che possono salire su un tracciato loro riservato e tornare a valle comodamente sulla pista da sci", spiega la guida alpina Luca Tenni. I più allenati proseguono poi fino al monte Brione, in campo aperto e senza particolari pericoli.

Valtellina: scialpinismo e ciaspole

I grandi itinerari di scialpinismo si snodano, però, sul versante opposto della vallata, risalendo i pendii delle Orobie. “Lunga per i mille metri di dislivello, ma senza difficoltà tecniche, è per esempio l'ascensione a Punta Pesciola, che si raggiunge risalendo la Valle d'Arigna”, suggerisce Tenni.

Piccola capitale della neve *slow*, senza impianti né folla, Trivigno sorge su un altopiano a 1800 metri. Dal Centro fondo partono anelli nordici (da 2,5, 4,5 e 7 chilometri) panoramici e tecnicamente vari, seppur mai troppo impegnativi. Oppure si calzano le ciaspole e ci si incammina per monte Padrio, solo 300 metri più in alto. L'ascesa è semplicissima. In meno di due ore si arriva in vetta, dove un disco orografico indica le cime in vista a 360 gradi.

Altri facili percorsi per ciaspole e fondo, che d'estate diventano belle passeggiate, si trovano nella Riserva naturale di Pian di Gembro, frequentata anche nelle giornate di brutto tempo per la posizione riparata da venti e intemperie.

Da qui si raggiunge in breve l'Aprica, apprezzata per i suoi 50 chilometri di piste. A inizio inverno la località ha dotato di illuminazione i sei chilometri della Superpanoramica del Baradello, ora la pista più lunga d'Europa accessibile dopo il tramonto (due volte alla settimana, dalle 19,30 alle 23). Lo stesso tracciato è illuminato, esclusivamente per gli scialpinisti, tutti i venerdì fino alle 21,30.

Si sale al sole, invece, con le pelli di foca lungo il facile percorso del Tumel, che regala, a malga Magnolta, ampie vedute sulla valle e sul lago di Belviso. All'arrivo si condividono i tavoli dei rifugi in quota con trekker e sciatori. Tutti hanno una buona ragione per fare festa.

Valtellina, dove dormire e mangiare

Curt di Clement è un nuovo eco mobility hotel in un palazzo storico di Tirano (curtdiclement.com, doppia b&b da 100 a 146 €). A Grosio l'Hotel Sassella ha un ampio centro benessere e ristorante tipico (hotelsassella.it, doppia b&b da 74 a 102 €).

Mangiare: per la tradizione, dai pizzoccheri al brasato di asinello al vino Inferno al salmì di cervo valtellinese, il Ristorante Combolo a Teglio è uno degli indirizzi migliori (via Roma 5, tel. 0342.78.00.83, hotelcombolo.it. Prezzo medio: 30 €)

A Chiuro il Ristorante San Carlo propone, tra l'altro, tris di bresaola, *taro*z (purea di verdure), polenta *cro*pa (con patate, panna e formaggio), salmì di varie carni e *tzigoiner*, spiedini di manzo (via Stelvio 48, tel. 0342.48.22.72, ristorantesancarlo.it Prezzo medio: 28 €).

Sulle piste, a 2000 metri, da non perdere l'Agriturismo malga Magnolta si spazia tra pizzoccheri, *sciatt* (frittelle al formaggio), *taro*z e risotto al Casera (loc. Piana dei Galli, Aprica, cell. 346.94.20.441. Prezzo medio: 35 €)



2 / 13

Escursioni in mountain bike presso Malghera, sui monti di Grosio.



3 / 13

L'inizio del Sentiero dei castelli, percorso ad anello di circa 30 km con partenza da Tirano, alla scoperta di antichi manieri castelli, ma anche torri, reperti archeologici e siti importanti della storia etnografica valtellinese.



4 / 13

Il borgo di Eita in Val Grosina.



5 / 13

Un paesaggio della Val Grosina. Per i suoi boschi, i laghi, le vette, è considerata una delle più belle vallate della Valtellina, ideale sia per escursioni di trekking che di MTB.



6 / 13

Il paese di Teglio, patria dei pizzoccheri e borgo tra i più belli della Lombardia e non solo.



7 / 13

La cantina di Balgera vini, a Chiuro: solo rossi valtellinesi. Un'istituzione.



8 / 13

Il segreto del piatto più famoso della Valtellina è custodito dall'Accademia del Pizzocchero (nella foto) che ha sede a Teglio. Il suo compito è certificare i ristoranti che servono la ricetta originale senza variazioni.



9 / 13

Un piatto di pizzoccheri valtellinesi. Ingredienti fondamentali, le verze e il Casera dop.



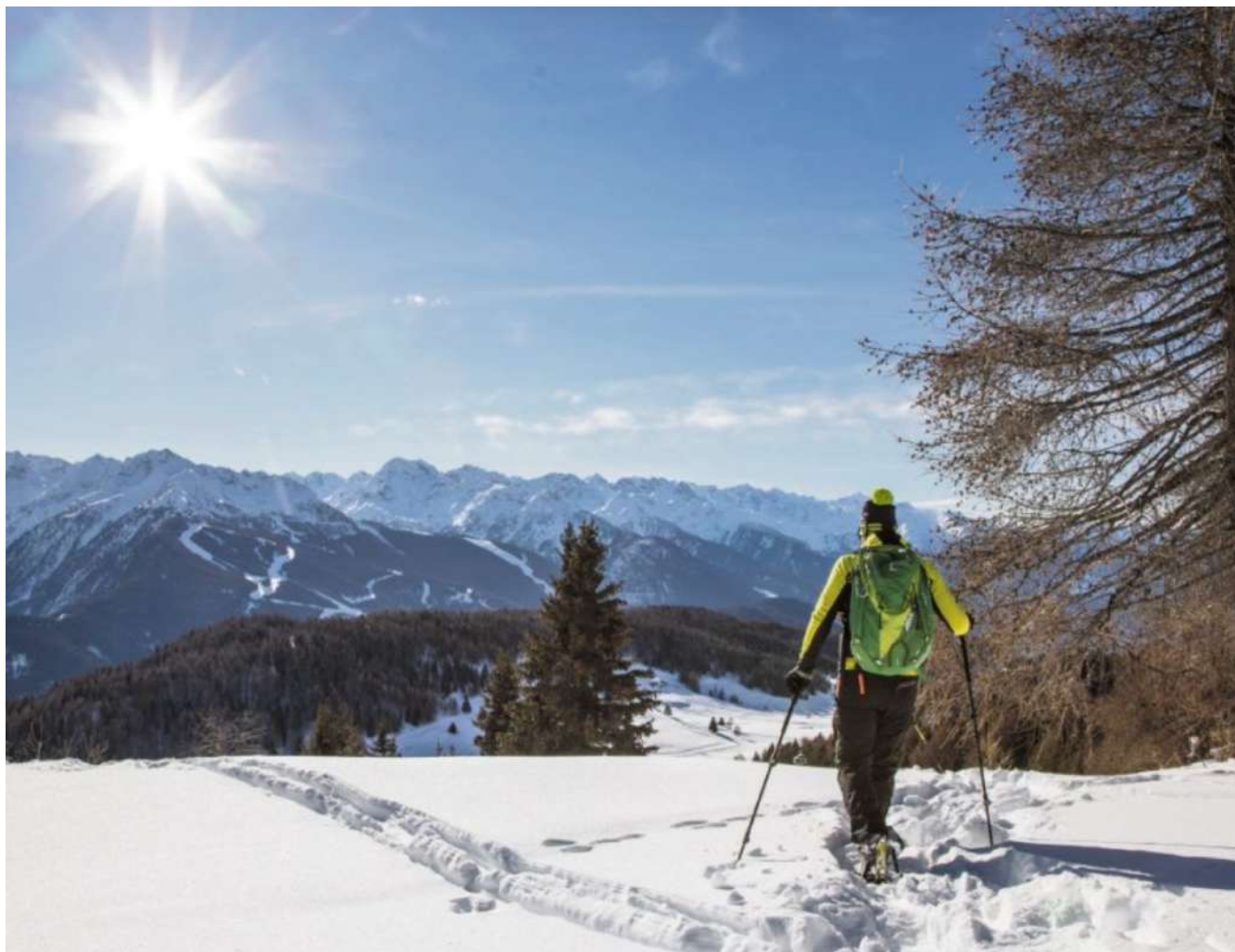
10 / 13

Slinzega, salume tipico valtellinese simile alla bresaola.



11 / 13

La Riserva naturale di Pian di Gembro, in estate, meta di bellissime passeggiate.



12 / 13

Trivigno è una piccola capitale della neve slow, senza impianti né folla. Ci sono anelli nordici panoramici e percorsi con le ciaspole.



13 / 13

Gli interni di Curt di Clement, nuovo eco mobility hotel in un palazzo storico a Tirano. 26 le camere, con materiali naturali.