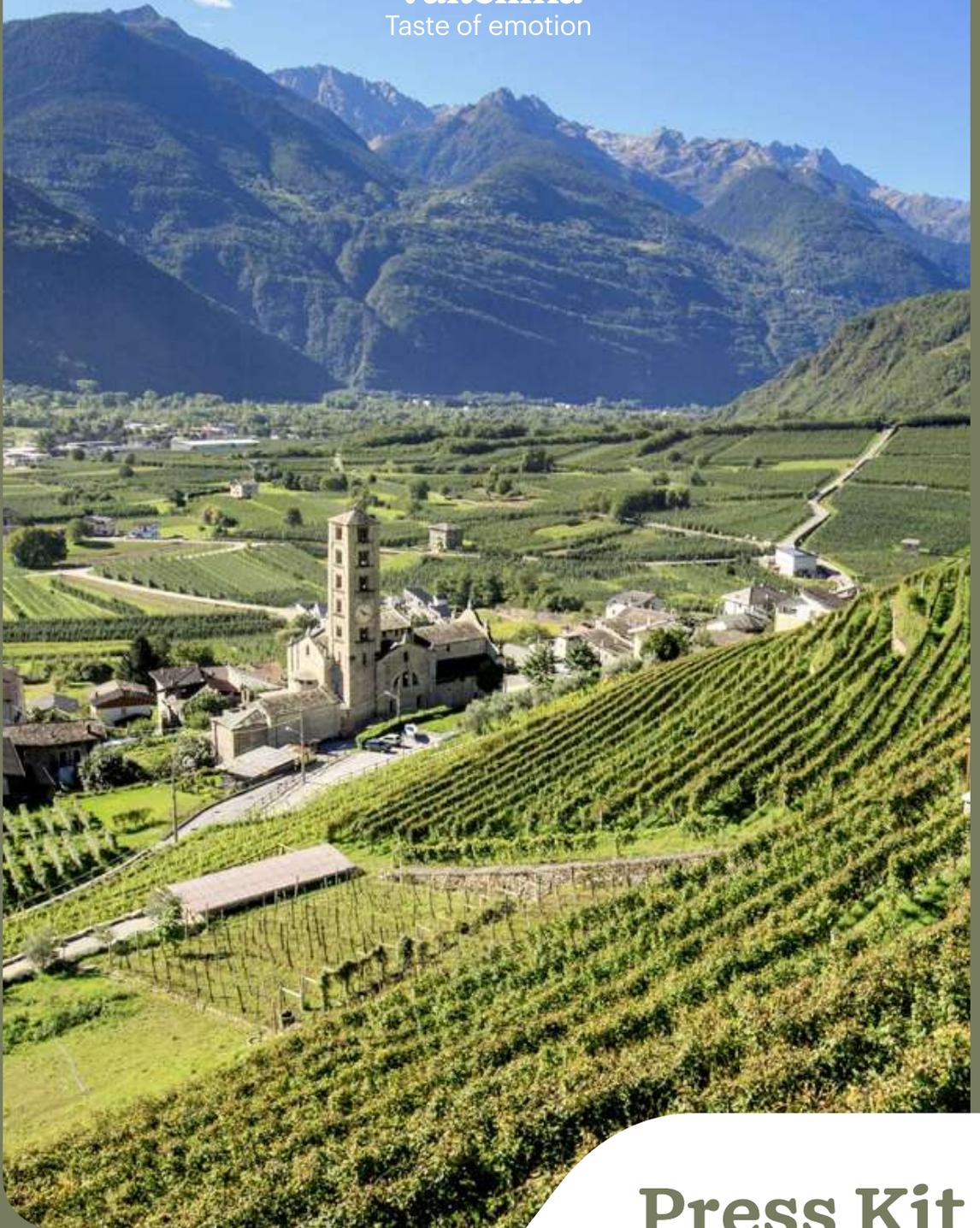




Valtellina
Taste of emotion



Press Kit

Indice



01. Una terra ricca di emozioni



02. In viaggio alla scoperta dei tesori della valle



03. Parola d'ordine: benessere



04. Natura: un'oasi verde nel cuore delle Alpi



05. La casa dello sport



06. Cultura



07. Enogastronomia: sapori di montagna



08. Valtellina family-friendly



Come arrivare

IN TRENO

Il treno parte da Milano e arriva fino a Tirano. Si può scendere anche a Colico e proseguire verso nord fino a Chiavenna. Il treno offre la formula "io viaggio in Lombardia" www.trenord.it / www.trasporti.regione.lombardia.it - che consente di viaggiare a prezzi vantaggiosi integrando il trasporto in treno con quello di tutti i mezzi pubblici della rete lombarda.

IN AUTO

Da sud: da Milano si imbecca la superstrada 36 dello Spluga che passando da Colico raggiunge Chiavenna. Poco dopo Colico parte la statale 38 dello Stelvio che attraversa tutta la Valtellina fino a Bormio e al passo dello Stelvio. Da nord: si arriva a Livigno e nell'alta Valtellina da Zerne (bassa Engadina) tramite il Passo del Gallo (tunnel Munt La Schera).

I PASSI ALPINI

In Valtellina si arriva anche dalla Valcamonica, provincia di Brescia, tramite il passo dell'Aprica o dall'Engadina tramite il passo del Maloja che porta in Valchiavenna. Altri passi come il Gavia verso Brescia o Trento, il San Marco verso Bergamo e lo stesso Stelvio verso l'Alto Adige sono transitabili solo d'estate.

AEROPORTI

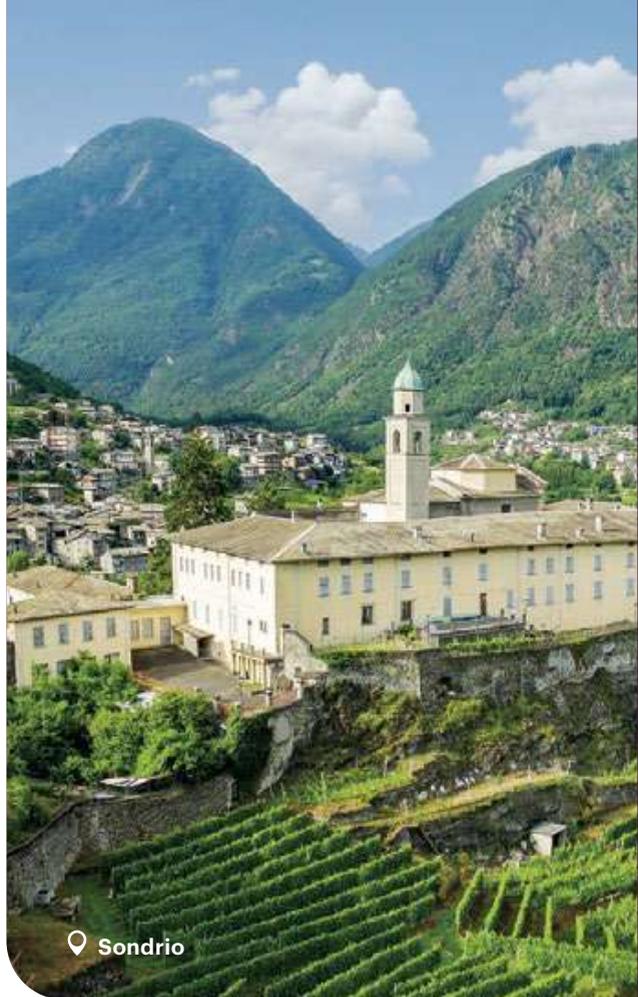
Gli aeroporti più vicini sono quelli di Milano Linate a circa 140 km, Milano Malpensa a circa 170, Bergamo Orio al Serio a circa 120. A circa 300 km c'è quello di Zurigo.

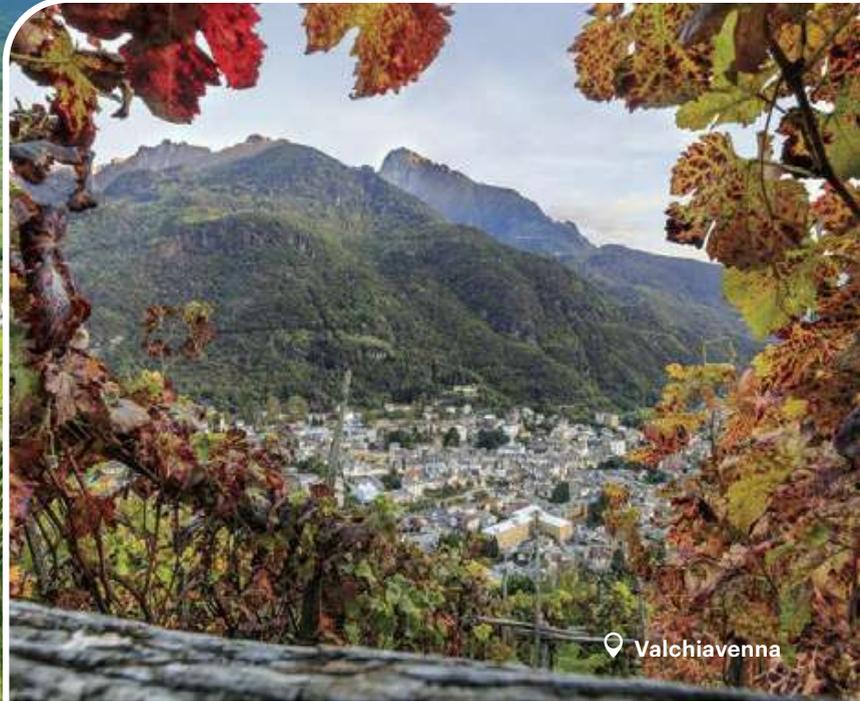


Una terra ricca di emozioni

La Valtellina è una regione montuosa che si trova nel **Nord della Lombardia**, al confine tra l'Italia e il Cantone svizzero dei Grigioni.

Lunga 120 chilometri e larga circa 65, coincide con l'intero territorio della provincia di **Sondrio** e in uno spazio piuttosto ridotto racchiude un'infinita varietà di emozioni. È un luogo dove imparare ad amare e a vivere la montagna nelle sue espressioni più autentiche, dal richiamo irresistibile e severo delle cime – alcune superano i 3000 metri – alla dolcezza di prati, pascoli e vigneti. Un ambiente incontaminato da scoprire assecondando la velocità del proprio passo: quello lento e festoso delle famiglie con bambini e quello agile e scattante degli alpinisti e degli scalatori, con la pedalata lenta di chi ama gustarsi il panorama curva dopo curva oppure con lo scatto dei velocisti che inseguono la gloria delle cime. Una vera e propria palestra a cielo aperto per divertirsi a stretto contatto con la natura, oppure mettere alla prova i propri limiti in inverno e in estate, quando il ghiaccio e la neve ritirandosi riportano alla luce una fitta rete di sentieri di mezza montagna e alte vie adatte a tutti i livelli di preparazione.





Valchiavenna

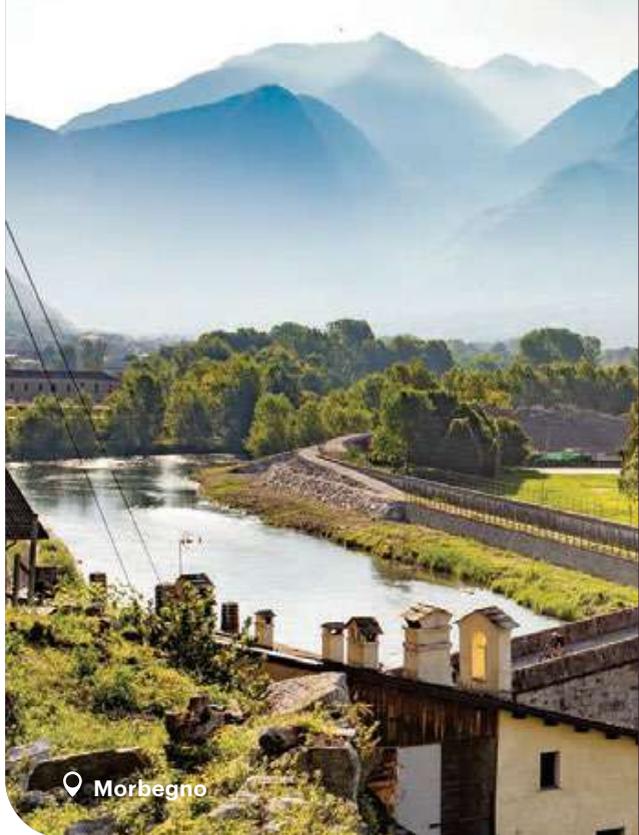
Qui la natura, generosa, offre paesaggi che riempiono gli occhi e il cuore e custodisce una ricca biodiversità di flora e fauna. Una diversità che caratterizza anche le eccellenze agroalimentari e che produttori e allevatori locali contribuiscono a proteggere e tramandare, insieme ai sapori della sua cucina di chiara ispirazione montana: raccontano di antiche tradizioni ancora vive, da toccare con mano partecipando ai tanti eventi oppure passeggiando per le viuzze dei borghi, attraversano le sale dei palazzi antichi e percorrendo cammini di grande energia spirituale.

Nel corso dei secoli, la Valtellina si è progressivamente aperta ai viaggiatori ospitando famiglie e pellegrini, celebri alpinisti e illustri poeti come Giosuè Carducci, assiduo frequentatore di Madesimo in estate: un flusso accolto con gioia, che ha stimolato lo sviluppo di una tradizione di ospitalità autentica e sincera.

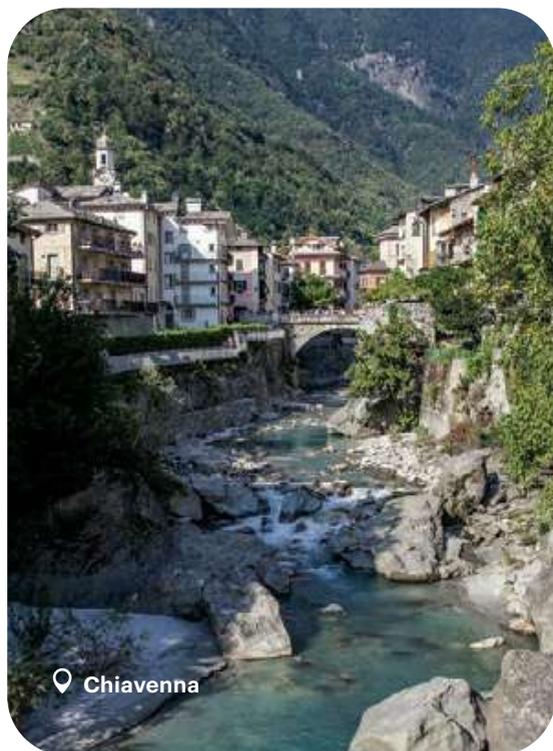
Fiera del suo passato agricolo e contadino, di cui conserva e preserva le tradizioni sensibilizzando e coinvolgendo i visitatori in un'esperienza di soggiorno sempre più green e responsabile, oggi la Valtellina è una terra in costante evoluzione e aperta al mondo. Spesso sotto i riflettori internazionali come sede di competizioni sportive, sarà protagonista delle Olimpiadi Invernali di Milano Cortina 2026, ospitando a Bormio le gare di sci alpino maschile e skimo (sci alpinismo), al suo debutto come disciplina olimpica, e a Livigno le competizioni di snowboard e freestyle.

In viaggio alla scoperta dei tesori della valle

Milano dista solo un centinaio di chilometri dalla **Bassa Valle**, la porta di ingresso della Valtellina. Costeggiando il Lago di Como fino alla sua punta più a Nord, si raggiunge uno dei suoi centri più popolosi: **Morbegno**, cittadina adagiata nella valle del torrente Bitto che dà il nome a uno dei prodotti caseari valtellinesi più noti in tutta Italia. Qui la storia ha lasciato visibili le sue tracce nelle numerose chiese e palazzi barocchi, e passato e presente si incontrano su ponti da primato: dal Ponte di Ganda sull'Adda, la cui costruzione risale al 1776, al Ponte del Cielo della Val Tartano costruito nel 2018, tra i ponti tibetani più alti d'Italia. Degno di nota è anche il **Passo San Marco**, raggiungibile passando proprio da Morbegno. Si tratta del valico più basso fra Valtellina e versante orobico meridionale e ricoprì un ruolo importante nel passato quando la Repubblica di Venezia costruì la via Priula per favorire i traffici commerciali con i territori controllati dai Grigioni.



📍 Morbegno

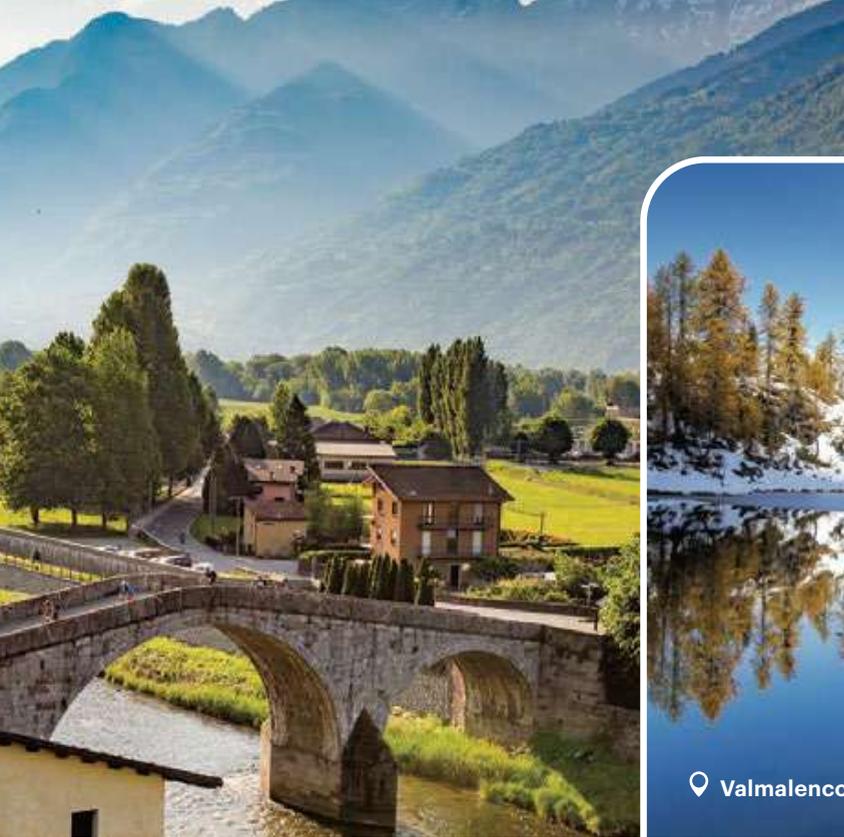


📍 Chiavenna

Questa porzione di valle attira chi non ama stare con i piedi per terra e punta dritto al cielo: la **Valgerola** e la **Val Masino** presentano alte pareti granitiche e diverse vie e parchi per l'arrampicata sportiva, mentre Fly Emotion Aerofune collega Albaredo San Marco a Bema ed è l'unica zip-line in Italia che permette letteralmente di sorvolare la valle incontaminata su tratte differenti, toccando i 120km/h.

Prima di proseguire risalendo la valle lungo il fiume Adda, vale la pena concedersi una deviazione in Valchiavenna fino a **Chiavenna**, città del vivere lento e principale centro abitato di zona.

La sua ubicazione in una valle indipendente, scavata dal fiume Mera, ha permesso a questa piccola porzione della provincia di Sondrio di sviluppare una ricca tradizione enogastronomica, caratterizzata da piatti, salumi e formaggi tutti da degustare nei numerosi Crotti. Se con i suoi numerosi musei e palazzi il centro



storico di Chiavenna è una tappa imperdibile per gli amanti del bien-vivre e della cultura, il territorio circostante offre anche infinite opportunità agli amanti delle attività in montagna all'aria aperta: dal canyoning in Val Bodengo al trekking lungo la Via Spluga, cammino che si spinge fino al Passo dello Spluga al confine con la Svizzera passando per **Madesimo**, una delle ski area più rinomate dell'arco alpino e **Montespluga**, suggestivo villaggio alpino punto di partenza per numerose mete alpinistiche e scialpinistiche e di innumerevoli itinerari escursionistici verso rifugi e laghi alpini.

In circa mezz'ora di auto da Morbegno, risalendo la valle lungo il corso dell'Adda, si raggiunge **Sondrio**, il capoluogo di provincia. Sede di teatri, mostre ed eventi, è un passaggio quasi obbligato per chi desidera avventurarsi alla scoperta dei versanti Retico e Orobio delle Alpi.

Alle sue spalle una serie di tornanti conduce in **Valmalenco**, una bella valle con solo cinque abitati

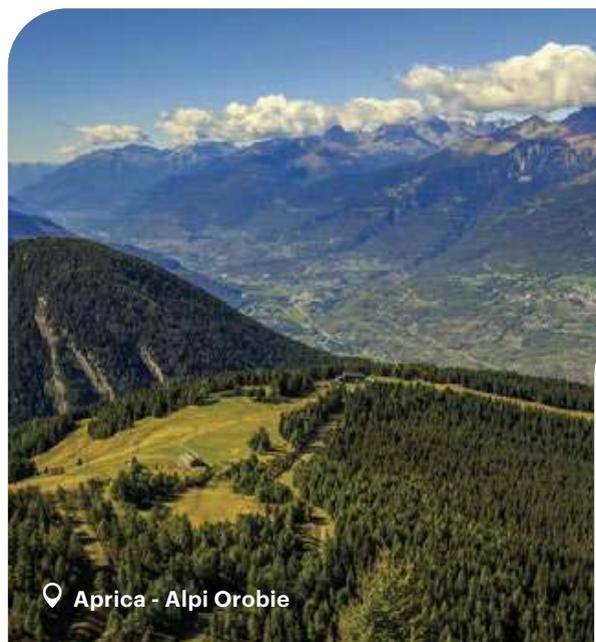
(Chiesa in Valmalenco, Caspoggio, Lanzada, Torre S. Maria e Spriana) incorniciata da imponenti gruppi montuosi. La montagna qui è una presenza tangibile, che si manifesta in tutta la sua potenza maestosa. Non a caso, ogni anno è meta di alpinisti esperti che vi si recano per affrontare le sue vie che hanno fatto la storia dell'alpinismo - il Pizzo Bernina, il Monte Disgrazia, il Pizzo Scalino e il ghiacciaio dello Scerscen - e per cimentarsi sulla rete di sentieri che conduce sempre più in alto, fino a 3600m dove li aspetta "Marco e Rosa", il rifugio più alto della Lombardia, o lungo tracciati sfidanti come l'Alta Via della Valmalenco e il Sentiero Rusca. Quando le cime si ricoprono di neve, gli appassionati di sci e snowboard trovano pane per i loro denti all'Alpe Palù, dove i suoi 50km di piste e lo snowpark sono raggiungibili con Snow Eagle, la funivia più grande del mondo. →

Il **Sentiero Valtellina**, la **Via dei Terrazzamenti** e i tanti Wine Bike Tour della Media Valle sono percorsi ogni anno da centinaia di visitatori che desiderano scoprire le cantine e immergersi nei 2500 chilometri di muretti a secco che sorreggono la viticoltura eroica valtellinese. Le due ruote appartengono al DNA di questo territorio, che ospita numerose vie ciclabili, trail per la mountain bike e alcuni dei passi e delle salite protagoniste del Giro d'Italia (lo Stelvio, il Mortirolo e il Gavia, solo per citarne alcuni), al pari della sua forte vocazione enogastronomica. Tra i suoi vigneti, meleti e campi di grano saraceno e segale sono nati alcuni dei piatti tipici della tradizione valtellinese come i pizzoccheri di Teglio, Città Slow certificata nella rete delle Città del buon vivere ricca di musei e siti culturali. I vini prodotti dalle numerose cantine della zona sono un perfetto complemento ai sapori decisi di questa tradizione gastronomica di montagna.

Fulcro della Media Valtellina è la cittadina di **Tirano**, la cui posizione strategica a pochi chilometri dal confine con la Svizzera ne ha fatto nei secoli un crocevia di popoli, culture e pellegrini: un ruolo che ancora oggi viene riconosciuto alla città, stazione di partenza e arrivo del **Trenino Rosso del Bernina, Patrimonio Unesco**. Oltre ad essere l'esempio più importante del Rinascimento in Valtellina, la Basilica cinquecentesca della Madonna di Tirano è meta del **Cammino Mariano delle Alpi**, l'itinerario religioso che tocca diversi luoghi di culto mariano della provincia. Attualmente è percorribile solo la Via Occidentale da Piantedo a Tirano, mentre è in fase di progettazione la Via Orientale che dall'Alta Valle conduce fino al Santuario della Madonna di Tirano.

Il vicino passo alpino di **Aprica**, che collega la Valtellina e la Valcamonica, è stato un'altra via storica di comunicazione per pellegrini, soldati e mercanti che dal Bernina scendevano verso la Pianura Padana. Oggi Aprica è meta di numerose famiglie che vi trovano l'ambiente ideale per una vacanza con i più piccoli: passeggiate facili nella natura all'interno del **Parco Naturale delle Orobie Valtellinesi** e nella **Riserva Naturale di Pian di Gembro**, dove scoprire le diverse

specie vegetali e animali autoctone partecipando ad attività didattiche dedicate, e tantissime attività da vivere all'aria aperta in estate e in inverno, inclusi i campi pratica per muovere i primi passi sugli sci. Dal 2020-21 Aprica offre un'esperienza da primato sulla Super Panoramica del Baradello, la pista illuminata più lunga d'Europa.



📍 Aprica - Alpi Orobie



📍 Bernina Express

A 946m di altezza si trova **Sondalo**, in Alta Valle. L'aria particolarmente salubre che si respira in questa località ne ha fatto negli anni una rinomata stazione climatica di cura e soggiorno; qui fu costruito il più grande sanatorio d'Europa per la cura della tubercolosi. I suoi dintorni sono un regno nel quale la natura incontaminata domina incontrastata, nel susseguirsi suggestivo di piccole valli, laghetti, torrenti e fonti d'acqua pura della Valdisotto.

Buona parte dell'**Alta Valle** è ricoperta dal **Parco Nazionale dello Stelvio**, con i suoi oltre 600km di sentieri che si snodano dai boschi per sfociare in alpeggi, ghiacciai e vette e offrono emozionanti incontri con la

fauna selvatica. Il suo punto di accesso privilegiato è la cittadina di **Bormio**, la "Magnifica terra" che si sviluppa in un anfiteatro naturale circondato dalle imponenti cime delle Alpi retiche. Le sue calde acque termali che sgorgano da ben nove fonti e alimentano tre impianti venivano citate già da Plinio il Vecchio e Cassiodoro; oggi rappresentano il complemento perfetto di una vacanza all'insegna dello sport e dell'attività all'aria aperta, dallo sci su piste che ogni anno ospitano competizioni internazionali a trekking, bike e golf. →



📍 Costiera dei Cech

Le valli adiacenti offrono interessanti spunti a chi non ama trascorrere le vacanze con le mani in mano: sci di fondo e sci alpinismo in **Valfurva**, per fare degli esempi, e mete interessanti per gli escursionisti come la Val Zebrù, la Val Cedec, l'imponente Ghiacciaio dei Forni con il suo sentiero glaciologico con resti e fortini della Prima Guerra Mondiale. In **Valdidentro**, gli escursionisti trovano mille opportunità con i sentieri della Val Viola, della Val Lia e della Valle di San Giacomo fino alle spettacolari dighe di Cancano. In inverno oltre allo sci alpino e di fondo è possibile divertirsi con attività alternative come il family bob, l'unico bob su rotaia in Lombardia, e le escursioni di sleddog e husky trekking.

Il viaggio tra le emozioni termina nel Piccolo Tibet d'Europa, **Livigno**: la Città Europea dello sport che, grazie alla sua quota (1816m) favorevole alla preparazione fisica e ai servizi dedicati, attira ogni anno appassionati di ogni disciplina provenienti da ogni angolo del mondo. Alle loro esigenze di allenamento e

relax ci pensa Aquagranda Active You, centro sportivo e benessere tra i più grandi d'Europa che abbina all'allenamento indoor anche un'area wellness e uno spazio dedicato al divertimento in acqua per tutta la famiglia. La scelta di attività con cui mettersi alla prova è davvero infinita: bike e trekking su una rete di 3.200km di percorsi mappati GPS, arrampicata, sport acquatici come canoa e kayak, sci alpino e fuoripista grazie al servizio di Bollettino Valanghe, e lo sci di fondo praticabile già a ottobre grazie all'innovativa tecnica dello snowfarming.

Il passato contadino di Livigno è ben visibile nelle sue baite in legno, nei sapori della sua cucina e nei numerosi eventi che rievocano il suo passato agricolo e le leggende dei contrabbandieri. Nel tempo la cittadina ha saputo conquistarsi un'immagine di località alpina moderna e al passo con i tempi tangibile negli oltre 250 negozi del centro, meta di internazionale di shopping duty free, e nella sua vivace offerta di bar e ristoranti aperti dal mattino all'après-ski e oltre.



 Bormio

📍 Livigno



Parola d'ordine: benessere

Fin dai tempi più antichi la natura in Valtellina è sinonimo di benessere: risalgono infatti all'epoca romana le prime tracce scritte della presenza di acque termali sul suo territorio. Plinio Il Vecchio le menziona nella sua "Naturalis Historia" e Cassiodoro, segretario del re ostrogoto Teodorico, in una lettera del VI secolo, consiglia l'uso dei bagni al re Teodato.

Sul territorio di Bormio e Valdidentro si contano in totale **nove fonti termali** - Cinglaccia, Nibelunghi, Ostrogoti, Pliniana, Arciduchessa, Zampillo dei bambini, Cassiodora, S. Carlo e S. Martino - dove le acque scaturiscono da falde e fratture del monte Reit a una temperatura compresa tra i 36° e i 41°C. Sono indicate per curare la pelle e le malattie delle vie respiratorie, oltre che per il trattamento delle sindromi reumatiche.

I **Bagni Vecchi** furono costruiti già nell'Alto Medioevo, su precedenti costruzioni romane, per accogliere il flusso di turisti da tutta Europa attirati dalla fama delle virtù terapeutiche dell'acqua. QC Terme Bagni Vecchi è l'ideale per un tuffo nella storia con i Bagni Romani, le grotte secolari che conducono a una delle sorgenti

millenarie, fino alla piscina panoramica all'aperto a picco sulla conca di Bormio.

A QC Terme **Bagni Nuovi**, invece, ci si immerge nell'atmosfera liberty ottocentesca. La struttura si articola di quattro settori con differenti percorsi termali con aromi, luci, immagini e colori tutti naturali. Suggestiva la sauna rivestita in cirmolo dei primi dell'Ottocento.

Bormio Terme, situata nel cuore di Bormio, è una struttura adatta a ogni tipo di ospite, in particolar modo alle **famiglie** che desiderano passare una giornata in totale relax e divertimento. Questo centro dispone infatti di numerosi spazi e servizi in grado di soddisfare le esigenze di tutti, tra cui: grandi **piscine termali indoor e outdoor** perfette per ogni stagione, un acquascivolo di 60 metri per i più coraggiosi e tre vasche a profondità ridotta dotate di giochi per bambini: vasche per il relax tra le quali la nuova vasca Stelvio, una piscina da 25 metri, bagni turchi, biosauna, saune e il reparto curativo convenzionato con il Sistema Sanitario Nazionale.



 Bagni Nuovi

 Bagni Vecchi



 Bormio Terme



Bormio Terme è l'unico dei tre wellness spa resorts presenti a Bormio che accoglie a braccia aperte i più piccoli e offre delle attività esclusivamente dedicate a loro, come per esempio i simpatici pupazzi spruzza-acqua nelle tre vasche termali meno profonde, le piscine esterne con getti d'acqua e cascate termali dove vivere diverse "family fun activities" o anche i divertenti corsi di acquaticità per i neonati. Inoltre, le famiglie possono beneficiare di alcuni pacchetti che consentono loro di risparmiare sul biglietto d'ingresso e godere appieno della loro vacanza relax in famiglia.

Bormio Terme è l'unico centro del comprensorio dove i residenti della Lombardia possono effettuare terapie termali, fanghi e inalazioni termali anche in convenzione con il **Servizio Sanitario Nazionale**.

Un'oasi verde nel cuore delle Alpi

Oltre la metà del territorio occupato dalla provincia di Sondrio è costituito da parchi e riserve naturali, caratteristica che fa della Valtellina una meta privilegiata per chi ama vivere la montagna in tutta la sua autenticità, diventando tutt'uno con il suo ricco patrimonio naturale.

Due parchi nazionali e sette riserve naturali

Buona parte del territorio dell'Alta Valtellina (da Sondalo a Livigno, passando per Bormio e Valdisotto, Valdidentro e Valfurva) è occupata dal **Parco Nazionale dello Stelvio**, il più esteso dell'arco alpino (130.700 ettari) e uno dei più antichi d'Italia: fu fondato quasi un secolo fa, nel 1935. Al suo interno troviamo tutta la varietà dei paesaggi alpini: dai grandi prati erbosi del fondovalle ai boschi di conifere e le praterie alpine che si arrampicano fino alle cime più alte, con vallate modellate dal ghiaccio e vette da conquistare. Avventurandosi nell'area protetta non è raro imbattersi in molte specie animali come cervi, camosci, stambecchi, marmotte, volpi e caprioli, e grandi e piccoli uccelli rapaci come aquile reali, falchi e gipeti.

Altrettanto interessante da un punto di vista naturalistico è il **Parco delle Orobie Valtelinesi**, che si estende su un'ampia porzione della Media Valle e abbraccia i comuni di Sondrio, Tirano, Aprica e Morbegno e le valli adiacenti; la sua peculiare conformazione morfologica e il forte dislivello che lo caratterizzano fanno sì che ospiti, in uno spazio piuttosto limitato, una ricchissima biodiversità vegetale ed animale. Al suo interno l'**Osservatorio Eco-faunistico Alpino di Aprica** è un'oasi di 25 ettari che permette ai visitatori, rigorosamente accompagnati, di scoprire l'habitat naturale di diverse specie di ungulati e rapaci, e perfino di due splendidi esemplari di orso bruno portati qui nel 2019.

Aprica ospita anche una delle sette riserve naturali della Valtellina, il **Pian di Gembro**: un'oasi di tranquillità che in ogni stagione riserva sfumature ed emozioni diverse. Si tratta di un'antica torbiera di origine glaciale, dove

è possibile osservare delle specie vegetali molto rare come alcune piante carnivore. Oltre a un percorso tematico con bacheche illustrative sulla formazione e sulle caratteristiche della riserva, in estate viene allestita un'aula didattica dove osservare alcuni piccoli abitanti di questa zona paludosa come rane, rospi, tritoni e salamandre.

Gli agenti atmosferici hanno modellato nel tempo i fianchi delle montagne valtelinesi dando vita a fenomeni di grande interesse geologico come il **Parco delle Marmitte dei Giganti in Valchiavenna**, dove le acque di fusione superficiali del ghiacciaio trasportando sassi e detriti hanno scavato nella roccia profonde buche la cui forma richiama appunto quella di una gigante scodella e le **Piramidi di Postalesio**, impressionanti colonne di pietra morenica alte fino a 12 metri sagomate dall'acqua e dal vento, nelle cui forme singolari le leggende popolari vedono dame e streghe, cavalieri e maghi.

Con i suoi panorami da cartolina e un fondovalle pianeggiante alla portata di tutti, la **Val di Mello** in Val Masino è una delle più note in Valtellina e la riserva naturale più vasta della Lombardia. Basta una breve passeggiata di 20 minuti per lasciarsi il mondo alle spalle e immergersi in un ambiente da fiaba, dominato dalla sagoma del Monte Disgrazia. L'acqua accompagna gli escursionisti per tutto il percorso, formando pozze e laghi di acqua cristallina come il laghetto del Qualido e il celebre "Bidet della Contessa", un piccolo specchio d'acqua azzurra che risalta nel verde della vegetazione lussureggiante che lo circonda. Il suo aspetto selvaggio



le è valso l'appellativo di "Piccola Yosemite" per la somiglianza con il noto parco californiano; le sue alte pareti granitiche e i massi erratici la rendono una meta cult per gli appassionati di boulder e arrampicata.

Altra zona di grande interesse botanico e naturalistico è il **Bosco dei Bordighi** poco fuori Sondrio, uno dei pochi boschi ripariali rimasti sulla pianura alluvionale dell'Adda dove crescono specie vegetali molto antiche e rare dove trovano riparo numerose colonie di picchi rossi, l'animale simbolo del parco. La **Riserva naturale Pian di Spagna**, all'imbocco della Valchiavenna è un

ecosistema complesso di canali, pozze e stagni ricchi di canneti e ninfee e popolati da varie specie di uccelli, pesci, rane, rospi e piccoli mammiferi. In Alta Valtellina troviamo il **Paluaccio di Oga**, una torbiera in stadio evolutivo particolarmente avanzato che risale a 13000 anni fa e si estende su 30 ettari nella conca del Bormiese, un ecosistema delicato ad elevata biodiversità di flora e fauna. →



Cascate, laghi e torrenti

La Valtellina è anche una meta ideale per chi alla vastità del mare predilige laghi azzurri che riflettono il colore del cielo incastonati tra le alte montagne e cascate che mostrano l'immensa potenza della natura. Con 110 laghi alpini e oltre 1.900 km di corsi d'acqua tra cui l'**Adda**, che percorre la valle principale per tutti i suoi 125km di lunghezza e il **Mera**, che scorre in Valchiavenna e dà vita al lago di Novate prima di sfociare come il suo "fratello maggiore" nel Lago di Como, la Valtellina è il secondo bacino idrografico d'Italia ed è ricca di fonti di acqua sorgiva, dolce e dotata di ottime proprietà chimico-fisiche.

È davvero impossibile non rimanere affascinati dallo spettacolo dell'acqua che sembra letteralmente scorrere dal cielo per tuffarsi in suggestive pozze d'acqua e fiumi: lo stesso Leonardo da Vinci, secoli fa, restò incantato dal doppio salto delle **Cascate dell'Acquafreggia** a Piuro,

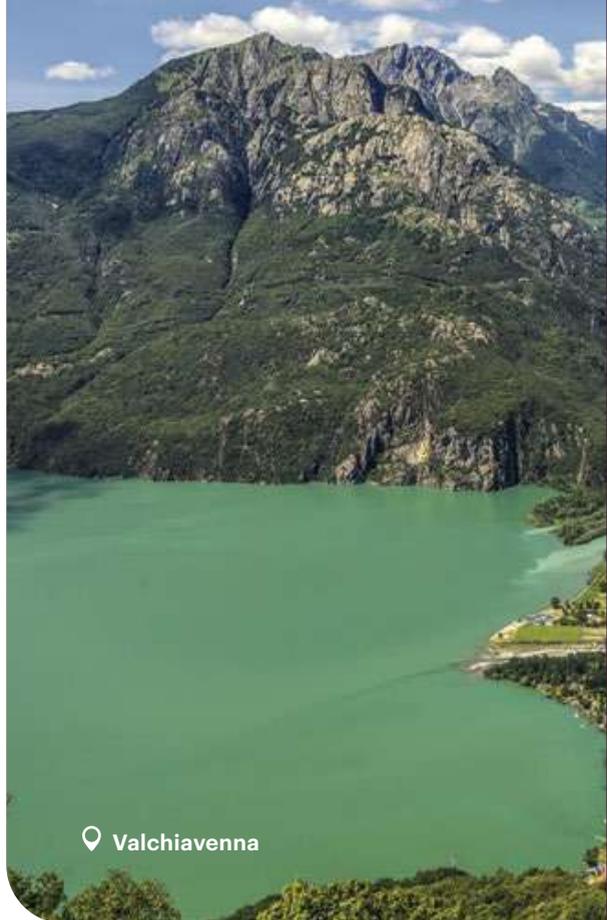
non lontano da Chiavenna, al punto da menzionarle nel suo Codice Atlantico: un'autentica meraviglia della natura da scoprire percorrendo il percorso attrezzato che parte dalla loro sommità tra castagni, ginestre e rocce, intervallato da terrazze panoramiche con vista sulla valle e altre che sembrano condurre all'interno del turbinio delle acque.

All'inizio della Valchiavenna si trova anche il **lago di Mezzola**, al confine con la provincia di Como: attraversandolo in canoa è possibile ammirare scorci nascosti da un punto di vista privilegiato come il Tempietto di San Fedelino, che rappresenta la testimonianza romanica più antica in Lombardia. Spingendosi oltre si potranno scoprire anche piccole cascate che terminano su insenature irraggiungibili via terra. →



Nella vicina Val Gerola, il **Giro dei Laghi** è un itinerario di media e alta montagna che si sviluppa su un dislivello di oltre 1000m e tocca i quattro laghi della zona: **Trona, Inferno, Rotondo e Zancone**. Il sentiero che li unisce consente di ammirare le bellezze uniche della valle e di assistere ad autentici spettacoli della natura, come le sfide a suon di corna degli stambecchi che duellano tra le cime.

Sempre sul versante delle Orobie, un itinerario panoramico parte dal paese di Aprica e costeggia il lago Nero, con un piccolo isolotto che emerge dalle acque, e il lago Verde. Le malghe distribuite lungo il percorso e la semplicità del tracciato fanno del sentiero dei laghi di Torena uno dei preferiti dalle famiglie, per trascorrere una giornata all'aria aperta e gustare le specialità locali. Il **lago di Scalis**, nel comune di Piateda, è meno rinomato ma altrettanto meritevole di essere scoperto per la sua bellezza. Il dislivello poco impegnativo lo rende una meta adatta a tutti, mentre i più allenati possono proseguire verso il rifugio Mambretti, all'interno della valle di Caronno, oppure raggiungere l'alpeggio e il lago di Zocco, nella Val Vedello.



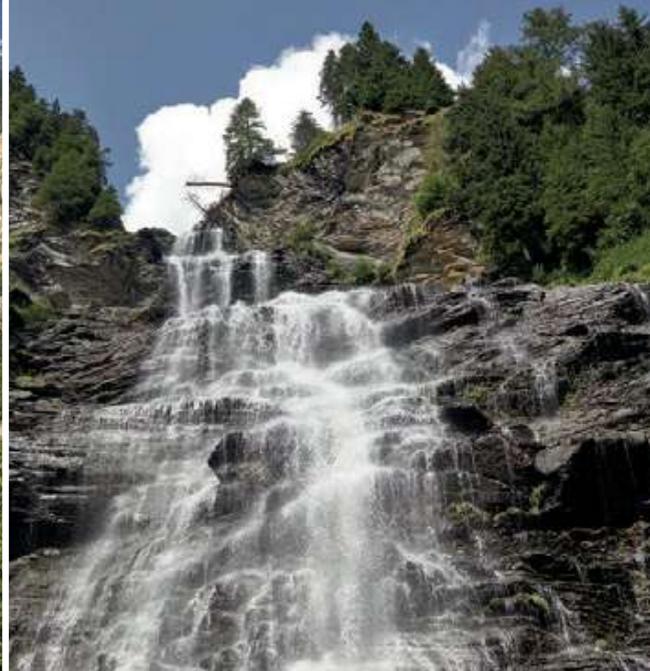
Valchiavenna



Lago Rotondo



📍 Cascata Val Febbraro



Anche Madesimo è il punto di partenza di diversi itinerari che portano a laghi alpini, tra cui il piccolo **lago d'Emet**, raggiungibile arrampicandosi su un sentiero tra boschi e vie carreggiabili con un dislivello di oltre 600 metri. La vista in cima si apre sull'emozionante vastità della montagna; gli escursionisti possono pernottare al rifugio Bertacchi.

Oltre Madesimo, non lontano da Isola, un sentiero porta gli escursionisti fino alla **Cascata della Val Febbraro** attraversando piccoli borghi di alta montagna, strade sterrate e torrenti. L'itinerario è accessibile a tutti, ma chi è meno allenato può acquistare il pass giornaliero che consente di percorrere un tratto di strada asfaltata in auto.

Anche l'Alta Valtellina nasconde alcune perle paesaggistiche come i **Bei Laghetti di Bormio**, tre piccoli laghi nascosti tra le formazioni rocciose di una bellezza invidiabile e quasi rara: grazie al loro intenso colore turchese che ricorda paesaggi tropicali sono

stati ribattezzati come "le Maldive a 3000m": dall'arrivo della funivia di Bormio 3000 parte un sentiero di circa 3km, per lo più in discesa, che conduce ai laghi a una quota di 2.750m.

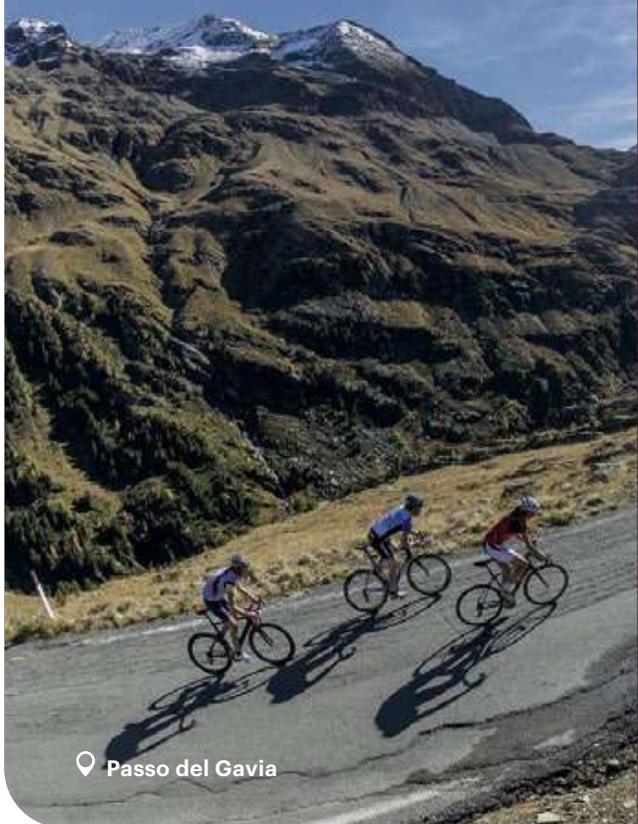
Le stesse sfumature di blu intenso caratterizzano anche il **lago Vago**, una delle mete escursionistiche più rinomate di Livigno raggiungibile percorrendo un sentiero adatto a tutti che attraversa pascoli popolati dalla fauna tipica dell'alta montagna e piccoli torrenti. Proseguendo per circa 6km si raggiunge la **Cascata della Val Nera**, nascosta all'interno di un bosco. Man mano che ci si avvicina il fragore diventa sempre più forte fino a quando la cascata compare all'improvviso, sbucando tra i pini. Un piccolo ponte tibetano conduce fino ai piedi della cascata, rendendo ancora più emozionante la gita.

La casa dello sport

Fonte di energia e benessere ed incantevole in ogni stagione, il ricco patrimonio naturale che contraddistingue la Valtellina è anche una **vera e propria palestra a cielo aperto**, dove amatori e professionisti possono praticare tutto l'anno le più svariate attività sportive. Meta ideale per chi pratica gli **sport invernali**, la provincia di Sondrio richiama tutto l'anno anche **appassionati delle due ruote, escursionisti, alpinisti e climber** ma anche **famiglie con bambini** a cui la valle offre innumerevoli opportunità di divertimento all'aria aperta.

Mentre tutti si possono cimentare con attività "soft" come la **pesca sportiva** e il **golf**, oppure mettersi alla prova con esperienze adrenaliniche come il **parapendio** e lo **zip line**, la Valtellina accoglie ogni anno anche numerosi **atleti professionisti e squadre nazionali** che scelgono le sue strade e i suoi trail per prepararsi agli appuntamenti agonistici più importanti della propria disciplina.

Con i suoi 1816 metri di altitudine, **Livigno** è la meta prediletta da chi desidera completare il proprio percorso di preparazione fisica con gli **allenamenti in altura**: la quota infatti aumenta il metabolismo aerobico e apporta benefici al sistema cardio-circolatorio, con un impatto positivo sulle prestazioni. Ogni anno vi si allenano, tra gli altri, rappresentanti di diverse nazionali di sci e atletica e i nuotatori della squadra nazionale azzurra; per accoglierli al meglio, il centro sportivo **Aquagranda** - uno tra i più grandi in Europa - evolve costantemente e ha ottenuto nel 2022 la qualifica di Centro di Preparazione Olimpica-Coni.



📍 Passo del Gavia



📍 Aquagranda - Livigno



Il paradiso dello sci e della tavola

Con **400 km di piste per lo sci alpino e 200 km per lo sci nordico, snowpark e babypark** dove avvicinarsi agli sport invernali in tutta sicurezza e aree dedicate al **freeride** per surfare sulla neve fresca, le ski area della Valtellina sono un "circo bianco" che ha tanto da offrire agli sciatori di tutte le età e diversi livelli di preparazione.

In tutta la provincia di Sondrio si contano complessivamente **10 ski area servite da 115 impianti di risalita**, ciascuna con caratteristiche specifiche e distintive. I due comprensori di **Bormio e Livigno ospiteranno, nel 2026, alcune gare dei XXVI Giochi Olimpici Invernali**: un riconoscimento che conferma il posizionamento della Valtellina tra le migliori destinazioni per lo sci sull'arco alpino a livello mondiale, e l'apprezzamento per le sue piste e infrastrutture che già ospitano regolarmente competizioni internazionali di diverse discipline sulla neve.

Bormio è il paradiso dello sci alpino in pista e con 3 ski area accessibili con un unico skipass – Bormio, Santa Caterina Valfurva, Cima Piazzzi/San Colombano – offre il più grande dislivello sciabile in Italia: 1.800 m dai 1.225 m del paese di Bormio fino ai 3.012 m della Cima Bianca.

La regina indiscussa dei 110 km di piste è senza dubbio la **pista Stelvio**, una delle più tecniche e adrenaliniche dell'intero panorama alpino e sede ricorrente di gare di Discesa Libera e Super G della Coppa del Mondo di Sci Alpino maschile. Altrettanto amata è la **pista Deborah Compagnoni**, dedicata alla campionessa olimpica nata proprio qui, a Santa Caterina Valfurva; lunga 3.699 m, è stata creata per i Campionati Mondiali di Sci alpino del 2005 ed è una delle piste più divertenti e varie dell'arco alpino. Entrambe offrono la possibilità di sciare anche in notturna. →

Accanto alle discese più impegnative, il comprensorio offre percorsi adatti a tutti i livelli di preparazione e a tutte le età, come le piste con vista sulle cime dell'Ortles-Cevedale di Santa Caterina Valfurva, meta ideale per chi ama abbinare all'attività fisica l'opportunità di immergersi nel panorama circostante, e le piste di livello medio e facile di Cima Piazz/San Colombano, che dedica anche un campo scuola agli sciatori alle prime armi.

Completano l'offerta del comprensorio uno snowpark, aree freeride per gli amanti dell'adrenalina e, per i più piccoli, i parchi divertimento sulla neve e la funslope, un divertente percorso a ostacoli sulla neve.

In occasione delle Olimpiadi invernali Milano Cortina 2026 **Bormio ospiterà tutte le gare di sci alpino maschili** (sia discipline veloci sia discipline tecniche) e **le gare di skimo** (sci alpinismo), che per la prima volta nella storia diventa disciplina olimpica.

Il comprensorio di Bormio offre la possibilità agli amanti della neve di **sciare anche durante la stagione estiva**. Il ghiacciaio dello Stelvio, infatti, è aperto indicativamente da fine maggio a inizio novembre: ad attendere gli appassionati di sci ci sono oltre 20 km di piste tra il **Passo dello Stelvio** (2758 m) e il **Monte Cristallo** (3450 m).

Grazie ai suoi oltre 115 chilometri di piste, impianti di risalita presenti in tutta la valle e accessibili anche dal paese e snowpark di livello internazionale, **Livigno è la meta d'elezione per chi ama fare sport sulla neve**. Con 4 snowpark, 9 aree fun, 150 km² per il freeride, 1 heliski e freeride center, 1 area biathlon e 30 km di piste da fondo, gli sciatori, snowboarder e freerider che scelgono Livigno non corrono davvero il rischio di annoiarsi.

📍 Aprica



Con 31 impianti e 78 piste (12 nere, 37 rosse e 29 blu) accessibili direttamente dal centro del paese oppure approfittando di Ski Link, il servizio di trasporto pubblico locale gratuito che collega i due versanti, sui quali si trovano le due mountain area Mottolino e Carosello 3000/Sitas con i relativi impianti di risalita. Inoltre offre una delle stagioni più lunghe dai primi di dicembre fino ai primi di maggio.

Nella mountain area Mottolino si trovano alcune piste famose come la **pista degli Amanti**, accessibile anche ai principianti, che dall'arrivo della telecabina riporta in paese attraverso il bosco; l'**Area Yepi**, con giochi e strutture divertentissime per i più piccoli; la **pista rossa Trepalle**, spettacolare alle prime ore del mattino; la **Sponda Fis**, dove si allenano le migliori squadre internazionali; l'adrenalinica **Giorgio Rocca**, dedicata ai più esperti.

Le Hero Slopes sono invece le piste più iconiche del comprensorio Carosello 3000/Sitas: la **Blesaccia-Zuelli** è l'unica che porta dalla cima al fondo valle senza varianti, per 1000 m di dislivello da scendere tutti d'un fiato; le piste **Croce, Larici e Polvere** garantiscono agli sciatori esperti un brivido particolare, con muri ripidi dove andare alla ricerca della tecnica perfetta; la **Natale** regala invece una vista unica sull'intera valle di Livigno innevata, prima di entrare nel bosco.



📍 Livigno

Inaugurato nel 2022, **il nuovo headquarter di Mottolino Fun Mountain** è un complesso unico nel suo genere in Italia che porta ad un altro livello la concezione tradizionale di "una giornata sugli sci": accanto ai tradizionali servizi legati alla pratica dello sport in pista come noleggio, deposito e scuola sci, ospita anche aree dedicate a smartworking e coworking, un bar e Kosmo Taste the Mountain, un'area di ristorazione ispirata dalla cucina etica di montagna.

Livigno è anche **un autentico paradiso per gli amanti del freestyle e snowboard**, che negli snow park delle aree di Mottolino e Carosello 3000 possono cimentarsi in evoluzioni sulle molteplici strutture presenti.

L'importanza di questo sport a Livigno viene confermata anche dalle **Olimpiadi invernali Milano Cortina 2026**, che hanno scelto la località per ospitare **tutte le gare di freestyle e snowboard** oltre alla "Medal Plaza" dove si terranno tutte le cerimonie ufficiali di premiazione. →



📍 Pista Deborah Compagnoni

Altra importante stazione sciistica è la **Valmalenco**. Qui gli sciatori possono divertirsi lungo 50 km di piste distribuite nei comprensori dell'Alpe Palù, raggiungibili a bordo di **Snow Eagle**, la più grande funivia del mondo con cabine da 160 persone. Tra le piste da non perdere c'è sicuramente la **Thoeni** che, con pendenze che raggiungono anche il 55%, è perfetta per i più temerari. La Valmalenco è anche una meta ideale per gli amanti dello snowboard che a ogni stagione affollano il **Palù Park**, una delle aree più grandi a loro dedicata con una linea salti dove fare acrobazie e salti da 11 metri, una linea box con funbox da 9 metri e una linea rail chiusa da una funbox da 7 metri. Negli ultimi anni ha ospitato numerosi eventi di Coppa del Mondo e Mondiali. Sicurezza, etica e rispetto della montagna sono i valori fondamentali con i quali il comprensorio accoglie anche chi desidera approcciare in modo consapevole anche il mondo del freestyle, mettendo a disposizione di ragazzi e neofiti maestri esperti con cui muovere i primi passi sulla tavola.

Poco più a Ovest, al confine con la Svizzera e a soli 138 km dal centro di Milano, si trova la **Skiarea Valchiavenna** con 40 km di piste da sci distribuiti fra i 1.500 e i 3.000 m di quota, serviti da moderni impianti ad agganciamento automatico e facilmente raggiungibili da ogni punto del paese senza l'utilizzo di navette o ski-bus. Una volta saliti fino a quota 3.000 m, si scende dal Pizzo Groppera lungo la Val di Lei, circondati da un paesaggio di rara bellezza. Le piste – 20 blu come la **Serenissima**, 16 rosse come la **Scoiattolo** e 3 nere come la **Italo Pedroncelli** – incontrano le esigenze di tutti gli sciatori; il **Canalone**, invece, è uno dei fuoripista più suggestivi delle Alpi che esercita un fascino irresistibile sui più temerari e gli amanti dell'adrenalina.

Situato a 1.800 m di quota e facilmente raggiungibile con la cabinovia Larici, il **Madepark** è la destinazione d'elezione degli appassionati di **snowboard e freestyle**. Composto da due aree distinte, offre strutture per tutti

i livelli di preparazione e cambia set up durante l'arco della stagione per offrire ai visitatori emozioni uniche ogni volta. I più piccoli possono divertirsi nell'attrezzato Baby-park Larici, a ridosso dell'omonimo rifugio, dotato di un tapis roulant che trasporta i bambini e gli accompagnatori in vetta per poi scendere con gli sci, gommoni, slittini e bob.

Situato a metà strada tra Chiavenna e il Passo dello Spluga, **Campodolcino** è un piccolo borgo di questa valle noto per la **funicolare Sky-Express**, che collega proprio il paese con la Skiarea Valchiavenna e la frazione Motta. Lo Ski-Express rappresenta una delle funicolari d'Europa più moderne ed è completamente nascosta nella montagna. Una volta saliti qui, gli sciatori



Baradello



Val di Rezzalo

raggiungeranno in pochi minuti le piste di Motta, collegate e servite da tutti gli impianti moderni della Skiarea.

Con i suoi **50 km di piste** da sci provviste di innevamento artificiale e perfettamente collegate tra di loro, la Ski Area Aprica-Corteno è la meta perfetta sia per sciatori esperti sia per famiglie e bambini alle prime armi.

Gli amanti dell'adrenalina possono divertirsi lungo il **"Pistone" della Magnolta**, una pista lunga 2km che presenta un dislivello di 500 metri, o lungo la **"Benedetti" del Palabione** che domina l'intera valle dai suoi 2.300 metri.

Inaugurata a dicembre 2021, la **Superpanoramica del Baradello è la pista da sci illuminata più lunga d'Europa**, che con i suoi 6 km sviluppati su un dislivello totale di 810 metri soddisfa chi non si accontenta della canonica apertura diurna e predilige sciare al chiaro della luna, approfittando dell'apertura straordinaria degli impianti oppure, nei giorni nei quali non sono in funzione, risalendo con ciaspole e pelli godendosi appieno il silenzio della notte e la vista sulla valle illuminata.

La pista, in particolare, sarà aperta per lo scialpinismo dal 9 dicembre tutti i venerdì fino a inizio marzo mentre per lo sci alpino da sabato 3 dicembre con 31 serate di impianto aperto.

Attrezzati con aree gioco e tapis roulant, i campi scuola in **zona Campetti** nel centro del paese sono infine il luogo ideale dove mettere gli sci ai piedi per la prima volta contando sull'assistenza di maestri esperti.

Meno note ma altrettanto interessanti per chi vuole muovere i primi passi sugli sci sono la **ski area di Pescegallo Valgerola**, con 12 km di piste di bassa, media e alta difficoltà che raggiungono i 1950 m di quota, Gallopark, il parco giochi per chi ama il bob e la slitta con tapis roulant per gli sciatori alle prime armi e la Snowboard Valley, un paradiso per i surfers della neve, e la **ski area Alpe Toglio**, con 10 km di piste di media e bassa difficoltà fino a 2.500 m di quota e un percorso di 5 km per le ciaspole. È una meta ideale per famiglie e per chi desidera staccare dalla quotidianità regalandosi qualche giorno all'insegna della natura, del relax e dello sport non agonistico. →



Tutti pazzi per lo sci nordico, tra fatica e incanto

Lo **sci di fondo** rappresenta una divertente alternativa allo sci da discesa, per allenare la muscolatura e liberare la mente attraverso un'esperienza immersiva nella natura. È una disciplina nella quale **Livigno** fa letteralmente da apripista: già nel mese di ottobre, grazie alla tecnica dello snow farming che consente di conservare per tutta l'estate l'ultima neve caduta nella stagione precedente, il Piccolo Tibet inaugura l'anello che costeggia il paese, offrendo a squadre e amatori la possibilità di iniziare prima la propria preparazione stagionale. A partire dalla zona della Forcola e dell'Alpe Vago si snoda una pista di 30km; un grande stadio all'aria aperta di cui fa parte anche la "Marianna Longa", una pista tecnica che nei suoi circa 5 km comprende diversi dislivelli per un allenamento davvero completo.

In **Valdidentro**, nel comprensorio di Bormio, la **pista Viola** è un tracciato per lo sci di fondo che costeggia l'omonimo fiume. Nonostante la sua lunghezza complessiva, 12 km, ogni escursionista può decidere la distanza da percorrere in base alla preparazione fisica. A **Santa Caterina Valfurva** si trova invece la **pista Valtellina**, un itinerario che si snoda all'interno di boschi innevati che in passato è stata sede di importanti competizioni internazionali e gare di Coppa del Mondo;

qui gli escursionisti esperti hanno la possibilità di scegliere tra anelli agonistici da 5 e 10 km affinando tecnica e movimenti, mentre i tracciati turistici da 2,3 e 5 km sono l'alternativa perfetta per chi desidera avvicinarsi alla pratica dello sci di fondo.

La **Valmalenco** ospita 3 itinerari di diversa difficoltà: l'**anello di Lanzada**, un percorso breve illuminato e percorribile anche di sera fino alle 23:00, l'anello di San Giuseppe, situato a pochi km da Chiesa in Valmalenco, e l'anello del Lago Palù, che richiede una adeguata preparazione fisica.

A 1.800m di altezza del comprensorio di Aprica si trova infine **Trivigno**, un suggestivo pianoro avvolto dal silenzio che appaga il desiderio di contatto diretto e senza filtri con la natura. Gli appassionati di sci di fondo possono cimentarsi sulla pista di 7 km oppure sperimentare le sue varianti brevi di 2,5 e 4,5 km, svuotando la mente con lo scivolare ritmico sulla neve e rigenerando corpo e spirito al cospetto della montagna nella sua forma più libera e selvaggia.

La pista di fondo di **Pian di Gembro** si trova nell'omonima Riserva, a circa 4 km da Aprica, e si sviluppa lungo un tracciato di 3,5 km tra paesaggi incantanti a una quota compresa tra i 1.352 e i 1.424 metri.



 **Madesimo**



📍 Valgerola

Percorsi lenti e adrenalina sulla neve: non solo sci in Valtellina

In inverno la Valtellina offre l'opportunità di praticare diversi sport anche al di fuori dalle piste: nuove (e a volte insolite) esperienze outdoor per scoprire un lato più autentico e a tratti selvaggio della montagna.

Per ammirare la bellezza dei paesaggi alpini imbiancati da una prospettiva diversa e ravvicinati, le **ciaspole** sono delle racchette da neve che permettono di "fluttuare" sul manto bianco senza sprofondare e non richiedono una particolare preparazione fisica: è sufficiente indossare abbigliamento adeguato a partire alla scoperta di scorci meravigliosi e altrimenti difficilmente raggiungibili.

La **Riserva Naturale della Val di Mello** mantiene il suo fascino anche durante la stagione invernale; una volta giunti a San Martino, un piccolo borgo situato a mezza costa, ciaspolando ci si può spingere fino alla località di Rasega seguendo un itinerario semplice, con un leggero dislivello di 150 m. In Valmalenco mete imperdibili per un'escursione con le ciaspole sono invece il **Lago Palù**, ideale anche per le famiglie, così come l'**Alpe Prabello**, ai piedi del Pizzo Scalino, raggiungibile da Campo Moro

(nel comune di Lanzada).

Anche gli ampi spazi aperti della **Media Valle** sono tutti da scoprire a passo lento. A 1667m d'altitudine Prato Valentino, nel comprensorio sciistico dell'**Alpe di Teglio**, è una terrazza naturale affacciata sulle Alpi Orobie da cui parte l'Anello Dos Lau', un percorso circolare ben segnalato che sale per circa 390 metri di dislivello fino alle località Saline e Dos Lau' e scende nuovamente fino al punto di partenza. Il percorso, di media difficoltà, ripaga di ogni fatica con i suoi scorci di rara bellezza. Nel vicino comprensorio di Aprica, l'itinerario che attraversa la **Riserva Naturale di Pian di Gembro** si addentra in un bosco di abeti, pini e larici prima di aprirsi, una volta superato il crinale della montagna e successivamente raggiunta la chiesetta di San Fortunato, su un panorama davvero mozzafiato: la Media e Bassa Valtellina incorniciata dalle Alpi Retiche e dalle Alpi Orobie. Il percorso che riporta al punto di partenza costeggia la torbiera e passa davanti all'aula didattica della riserva. In alternativa dal paese parte il Sentiero del Bosco Gentile, un percorso privo di difficoltà tecniche adatto anche alle famiglie. Una serie di pannelli preparati dai bambini della scuola elementare di Aprica spiega anche ai più piccoli l'importanza della prudenza e del rispetto →

quando ci si avventura per i sentieri di montagna, ma anche le grandi emozioni che questa sa regalare con scorci sulla Valtellina e le Alpi Retiche.

L'escursione **Oga – Tadè, nel comprensorio di Bormio**, è un itinerario breve ma molto scenografico che regala panorami da cartolina. Si tratta di un percorso battuto che si può fare in totale autonomia, perfetto per principianti in quanto non prevede pendenze importanti e attraversa meravigliosi boschi innevati. Punto di arrivo e partenza è il Forte di Oga e, per poco più di 4 km, gli escursionisti potranno ammirare la conca di Bormio e le vette maestose della Valfurva e del Gruppo Ortles-Cevedale.

Salendo di quota si raggiunge **Livigno** dove sono stati creati **sette percorsi gestiti per ciaspole**, tutti provvisti di apposita segnaletica, battuti ad ogni nevicata e costantemente monitorati da esperti. Grazie a queste accortezze, i turisti potranno percorrere in totale autonomia i diversi itinerari senza l'ausilio di strumenti di autosoccorso. La possibilità di affidarsi a delle guide alpine permette agli escursionisti alle prime armi di scoprire la bellezza del Piccolo Tibet completamente innevato.

Anche **Madesimo** propone una serie di tracciati ideali per le racchette da neve; l'Altopiano degli Andossi, la dorsale di Madesimo che divide in due la Valle Spluga, è una tra le zone più suggestive da percorrere con le ciaspole. L'itinerario permette di raggiungere Montespluga e, lungo il percorso, gli escursionisti potranno godere di vedute panoramiche.

I più allenati possono combinare l'emozione della salita a piedi con l'ebbrezza della discesa sugli sci praticando lo **sci alpinismo**.

Non è un caso se lo skimo debutterà come disciplina olimpica in occasione delle Olimpiadi Invernali di Milano – Cortina 2026 a **Bormio**, dove gli escursionisti possono scegliere tra numerosi itinerari di facile, media e difficile percorrenza. La salita al **Monte Sobretta**, con partenza dal paese di Santa Caterina Valfurva, è adatta anche ai neofiti che, accompagnati da una guida e utilizzando gli impianti, potranno vivere l'emozione di raggiungere la vetta e ammirare da una posizione privilegiata l'intero gruppo dell'Ortles-Cevedale.

Anche i versanti delle montagne di **Aprica** offrono

diverse opportunità ai fan della risalita con le pelli, sfruttando la vicinanza con le piste battute con cui tornare comodamente a valle: la mitica **Super Panoramica del Baradello** una volta alla settimana si accende esclusivamente per la pratica dello sci alpinismo (e delle ciaspole), mentre chi cerca un contatto ancora più stretto con la natura può cimentarsi con il **percorso scialpinistico del Tumel**, che dalla partenza della funivia della Magnolta a 1.213 m costeggia l'omonima pista da sci fino all'ampia radura dell'Alpe Magnolta a 1.900 m, oppure salire sul **Monte Brione**, sul versante dell'Alpe di Teglio, risalendo per 7,8 km da Prato Valentino fino al Dos Lau' e proseguendo per la stazione dello skilift e poi fino in vetta.

In **Valmalenco**, l'itinerario che porta al Pizzo Scalino è uno tra i più noti e frequentati della valle. Il punto di partenza è fissato a Campo Moro, a un'altitudine di 1.940 m, e dopo un dislivello di oltre 1.300 m e circa 4h e 30minuti si raggiunge la vetta che regala vedute sulle cime della Valmalenco; la salita richiede particolare attenzione e il percorso è indicato per escursionisti esperti.

Livigno propone, come per le ciaspole, una serie di



percorsi gestiti percorribili in autonomia e segnalati con paline colorate, lungo i quali è obbligatorio avere con sé gli strumenti di autosoccorso (artva, pala e sonda). **Croce Valandrea** è uno dei tracciati gestiti per lo scialpinismo di media difficoltà; si sviluppa su 450 metri di dislivello e permette agli sportivi di salire in totale tranquillità e lontano dalle piste da sci e di scendere poi dalle piste.

Nel piccolo borgo di **Montespluga**, un'area senza impianti di risalita vicino a Madesimo e al confine con la Svizzera, è nato infine **Homeland Explore**: un progetto con l'intento di avvicinare le persone alla pratica dello scialpinismo, dello split board e del freeride con incontri di formazione, escursioni con guide alpine ed esperienze di pernottamento in tenda in un ambiente davvero "wild" e incontaminato.

Chi non riesce a rinunciare alle due ruote anche d'inverno può cimentarsi con la **fat bike**, che consente infatti di affrontare neve e percorsi accidentati pedalando lontano dai sentieri più battuti, a caccia di suggestivi paesaggi invernali. Su tutto il territorio, da Bormio a Madesimo e Livigno, sono distribuiti diversi punti di noleggio per cimentarsi in questa divertente attività. In Valmalenco e nel comprensorio di Bormio è possibile noleggiare le bici e prenotare escursioni supervisionate da guide esperte grazie alla collaborazione tra il Consorzio turistico e la scuola locale di MTB.

A regalare qualche brivido extra in inverno non sono solo le temperature che scendono sotto lo zero termico, ma una collezione di attività ad alto tasso di **adrenalina**. Il **Team Adventure Madesimo** propone emozionanti **tour in motoslitta** accompagnati da istruttori esperti, per divertirsi lungo percorsi costellati da salite e discese, tornanti, curve, ruscelli e boschi suggestivi passando per il lago ghiacciato di Montespluga, situato ai piedi del Passo Spluga al confine con la Svizzera. La zona di Montespluga offre la possibilità di divertirsi sulla neve ad alta quota praticando anche lo **snowkite**, uno sport nato dal connubio tra kitesurf e snowboard: bastano un aquilone e una tavola da snowboard o gli sci per vivere l'ebbrezza di surfare sulla neve, spinti dal vento che consente ai rider di staccarsi da terra per poi riatterrare dolcemente sulla neve.



A **Livigno**, solo circa 50 fortunati a settimana possono accedere invece alla **Sky Experience: un emozionante volo in parapendio** sulle piste e il backcountry di Carosello 3000, con atterraggio con gli sci ai piedi e direttamente sulle piste.

Ad **Arnoga**, nel comprensorio di Bormio, l'**Husky Village** accoglie tutti coloro che desiderano diventare musher per un giorno. Qui, proprio come in Alaska, è possibile vivere l'esperienza indimenticabile dello sleddog, la corsa su slitte trainate da husky tra boschi e sentieri dell'Alta Valtellina.

Non può mancare l'attività più amata da grandi e piccini: poco prima di Bormio, in **Val Rezzalo**, una **pista da slittino** di 2 km e mezzo consente di tornare bambini per un giorno divertendosi insieme ad amici e familiari, sfrecciando in un paesaggio da cartolina. Per raggiungere il punto di partenza, la piana di S. Bernardo, è necessario risalire il percorso stesso percorrendo un piccolo dislivello di 350 metri all'interno di boschi di abete rosso. Chi non possiede il proprio slittino può noleggiarlo presso il rifugio La Baita, dove è possibile fermarsi per una pausa gustando piatti tipici valtellinesi.

→

Scoprire la Valtellina sulle due ruote

Quando la coltre bianca lascia lo spazio al verde dei prati e riporta alla luce strade, trail e sentieri, la Valtellina si trasforma in una destinazione tutta da... pedalare. Dai passi che mettono a dura prova la resistenza fisica dei ciclisti più allenati ai sentieri che regalano autentiche full immersion nella natura alpina, con le alte vette a fare da cornice a giornate indimenticabili e i bike park da vere e proprie palestre a cielo aperto dove divertirsi e prepararsi a imprese memorabili, la Valtellina con i suoi trail e salite soddisfa le esigenze e i gusti di ogni amatore e professionista.

Le salite che hanno scritto la storia del ciclismo su strada - Stelvio, Gavia e Mortirolo sono nomi epici che ricorrono, con rispetto e ammirazione, nei racconti dei ciclisti che ripercorrono le audaci imprese dei corridori che hanno scritto pagine di storia nel grande libro del ciclismo italiano su strada. Da Fausto Coppi a Marco Pantani, le leggende delle due ruote hanno trovato in Valtellina terreno fertile per conquistare primati indimenticabili.

Con i suoi 2.758 m, il **Passo dello Stelvio** è il più alto passo automobilistico d'Italia e il secondo in tutta Europa. Si trova a **Bormio, mecca degli amanti del ciclismo su**

strada, e attraversa un luogo incontaminato e di rara bellezza: l'omonimo Parco Nazionale dello Stelvio.

Con i suoi tornanti stretti e scenografici, è divenuto famoso nel 1953, grazie all'impresa di Fausto Coppi durante il Giro d'Italia.

Sempre nel comprensorio di Bormio, a Santa Caterina Valfurva, si trova quello che spesso viene definito come il fratello minore dello Stelvio: il **Passo Gavia**. Con i suoi 2.652 m di maestosità non ha in realtà nulla da invidiare al fratello maggiore. Divenne famoso in occasione del Giro d'Italia del 1988, quando sorprese i corridori con una copiosa nevicata: un biglietto da visita degno di un passo che già nel Medioevo era noto per le sue condizioni climatiche avverse, a cui molti mercanti provenienti dalla Repubblica di Venezia che lo attraversavano per raggiungere i paesi del Nord Europa non riuscivano a sopravvivere.

Il **Passo Mortirolo**, che collega la Valtellina con la Valcamonica, è una delle salite più dure a livello mondiale: con una pendenza che in alcuni tratti supera il 20%, per molti ciclisti rappresenta una vera e propria sfida contro sé stessi, prima che con il cronometro. Proprio su questa salita è nato, nel 1994, il mito di Marco Pantani, uno dei più grandi ciclisti della scuola italiana.

→



 Sentiero Valtellina

📍 Passo dello Stelvio



La resistenza dei ciclisti viene messa a dura prova anche sulle numerose altre salite sparse per tutto il territorio valtellinese: lunghi itinerari e passi alpini che si sviluppano tra i pendii delle montagne accompagnano i ciclisti fino a toccare quasi il cielo, per ammirare dall'alto la montagna in tutta la sua maestosità.

Anche queste salite sono state protagoniste del Giro d'Italia: come la strada che raggiunge i **Laghi di Cancano**, chiamata Piccolo Stelvio o Principessa, completamente esposta al sole e circondata da pini mughi che accompagnano quasi come dei compagni fedeli i ciclisti lungo la salita; il **Passo Spluga** a 2.113m, uno dei valichi più importanti delle Alpi e una delle salite più dure della Valtellina che collega Chiavenna, punto di partenza per molti ciclisti, al lago di Montespluga fino al tanto bramato passo; il **Passo dell'Aprica**, che porta all'omonimo paese a 1.181 m, che presenta lungo la salita deviazioni verso strade ancora più impegnative e difficili.

Tra le salite meno note ma altrettanto sfidanti e amate dai ciclisti troviamo il **Passo San Marco**, che parte da Morbegno con una pendenza pari al 10% e un dislivello totale di 1.742 m; in Valmalenco la salita che da Lanzada conduce fino alla diga di **Campo Moro**, che alterna emozionanti vedute sulla valle a passaggi sotto gallerie scavate nella roccia lungo un percorso di circa 15 km con una pendenza media del 6%; infine il **Passo del Foscagno** (2.291 m) che collega Livigno con la Valldentro, raggiungibile pedalando per oltre 20 km con una pendenza media del 5,8% e punte dell'11%, con un dislivello totale di 1.000 m.

Per consentire a ciclisti, turisti ed escursionisti di vivere l'energia della montagna e raggiungere il traguardo tanto a lungo sognato, magari con l'aiuto di una e-bike, in estate viene calendarizzata la **chiusura dei principali passi alpini valtellinesi al traffico motorizzato** – il progetto **"Enjoy Stelvio Valtellina"**: giornate speciali in cui tentare la propria impresa personale sui numerosi passi alpini della Valtellina in totale sicurezza e tranquillità, godendo ogni attimo della salita e della maestosità di questi luoghi.





A tutta adrenalina sulle due ruote: la mountain bike, il downhill e i bike park – In estate gli impianti di risalita riaprono per moltiplicare le opportunità di divertimento in quota, tra chilometri di flow trail e downhill e sentieri tracciati appositamente per gli appassionati delle due ruote. Con ben tre aree raggiungibili con moderni impianti di risalita, **Livigno** è una delle mete per eccellenza degli appassionati di **mountain bike e downhill**.

Qui si trova il **Bike Park Mottolino**, tra i migliori bike park in Europa con 14 sentieri con 3 livelli di difficoltà e diverse strutture che permettono sia a rider esperti sia a principianti di divertirsi tra ponti sospesi, maxigonfiabili e passerelle in legno. Sempre nel Piccolo Tibet c'è **Mountain Park Carosello 3000**, un grande bike park con oltre 50 km di percorsi per tutti i gusti e le skills: dal Lonely Planet, che offre una full immersion slow nella natura, all'H-Dream, dove i biker più esperti possono sfrecciare a una velocità massima di 70km/h. Collegata a Carosello 3000 c'è la **Mountain Area Sitas**, che propone 11 percorsi di diversa tipologia e difficoltà che si estendono fino a 2.700 metri di altitudine.

Sempre in Alta valle, la meta imperdibile per chi si trova nelle vicinanze di **Bormio** è il **Bike Park** del paese, situato sul monte Vallecetta; lungo i suoi itinerari i biker si potranno abbandonare all'adrenalina tra i tracciati di downhill, quelli di freeride e di cross country su un dislivello di ben 1800m: la vista che si ha da qui è impagabile. Nel 2022 a Bormio è stato inaugurato anche il **Bormio 360 Adventure Trail**, un itinerario mtb in alta quota che, come suggerisce il nome, compie un giro di 360° tutt'attorno al comprensorio, attraversando il Parco Nazionale dello Stelvio toccando quote comprese tra gli 837 e i 2462 m di altitudine.

Aperto da oltre 10 anni, il **Made Bike Park di Madesimo** offre percorsi con diversi livelli di difficoltà che incontrano i gusti di tutti i rider: dai tracciati gravity perfetti per i principianti ai flow adatti ai più esperti e temerari, alla Pump Track, una struttura in legno con gobbe e curve paraboliche percorribile solo sfruttando la spinta di braccia e gambe. Proprio come al Made Bike Park, anche la Pump Truck è un'attrazione accessibile

sia da principianti sia da esperti che vogliono vivere le bellezze alpine di questo territorio. Ai principianti che vogliono avvicinarsi a questo sport è dedicato lo Skill Park, un campo di pratica con ostacoli in legno disegnati per migliorare l'equilibrio e le abilità alla guida. A Madesimo si trova anche una delle più frequentate piste di **downhill** dove provare l'ebbrezza della discesa su due ruote su percorsi appositamente disegnati, attrezzati e riservati.

Nel cuore delle **Valmalenco**, non lontano dagli impianti di risalita della Ski Area dell'Alpi Palù, si trova il **Palù Bike Park**: un eden terrestre dove praticare discipline gravity come enduro, down hill, free ride e cross country tra sentieri che si sviluppano tra 1400 e 2400 m di quota. Anche i rider in erba sono i benvenuti, e possono diventare grandi campioni allenandosi sui due Junior trails.

In Media Valtellina, non lontano da Tirano, gli amanti della mountain bike trovano pane per i loro denti anche sull'**itinerario ad anello che attraversa la Valposchiavo collegando Col D'Anzana con Tirano** – dura circa 4/5 ore e si sviluppa per un totale di 32

km – e lungo la Grosina, la traversata in quota della Val Grosina che arriva fino al Parco delle Incisioni Rupestri di Grosio passando per antiche mulattiere, curve strette ed emozionanti discese.

Itinerari cicloturistici a misura di famiglia – La Valtellina non delude anche chi predilige la bicicletta come mezzo di trasporto slow per percorrere brevi e lunghe distanze nella natura, per ammirare meglio i suoi paesaggi e assaporare a passo lento lo spirito del luogo.

Il percorso più conosciuto è senza dubbio il **Sentiero Valtellina**, che costeggia il fiume Adda da Colico (sulla punta del Lago di Como) fino a Bormio per un totale di 114 km tutti da pedalare, perlopiù pianeggianti: è alla portata di tutti, anche di famiglie con bambini e si può scegliere anche solo di esplorarne un breve tratto e concedersi una pausa rigenerante gustando le



Sentiero Valtellina



Sentiero Valtellina

eccellenze enogastronomiche tipiche della tradizione valtellinese presso gli agriturismi e punti ristoro adiacenti. Il Sentiero Valtellina è anche un modello di **mobilità sostenibile**: la vicinanza con la ferrovia consente di partire e percorrere tutto il percorso o solo alcuni tratti, portando con sé la propria bicicletta, mentre chi ne fosse sprovvisto può noleggiarla presso i sei Rent a Bike dislocati lungo il sentiero che mettono a disposizione dei cicloturisti mountain bike, city bike e-bike, con la possibilità di ritiro e riconsegna in una qualsiasi altra area di servizio.



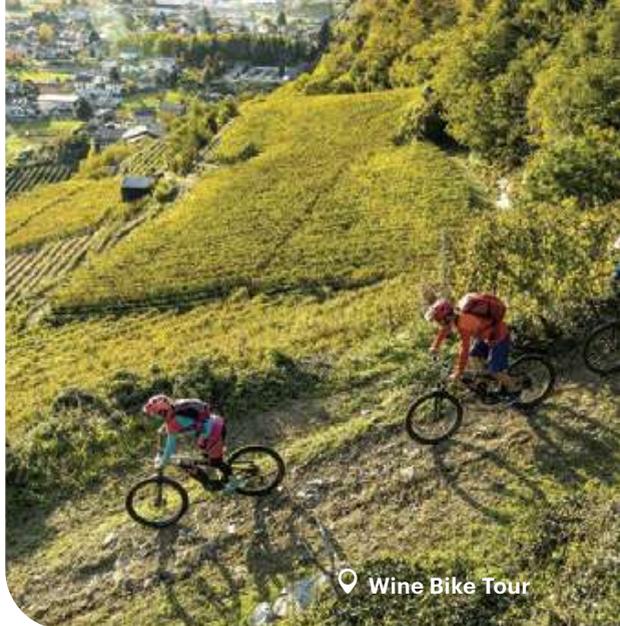
Altrettanto nota è la **Ciclabile Valchiavenna**, che si snoda da Colico per 40 km fino alla Val Bregaglia al confine con la Svizzera con punti panoramici sulle diverse meraviglie naturalistiche della zona: dalla riserva Pian di Spagna al lago di Mezzola, fino a Chiavenna, proseguendo poi verso Piuro, le Cascate dell'Acquafraggia e il suggestivo Palazzo Vertemate Franchi. Anche qui è possibile noleggiare la propria bici grazie al servizio di Rent a Bike.

La **Raetica Classica** è un percorso ad anello che punta a valorizzare la scoperta del territorio valtellinese e svizzero a ritmo slow, in bicicletta

e/o con l'utilizzo del trasporto pubblico locale. Grazie a questo itinerario, i viaggiatori possono ammirare la bellezza dei paesaggi della Valtellina attraverso le due ciclabili che si snodano lungo l'intera provincia, il Sentiero Valtellina e la Ciclabile Valchiavenna, e arrivare, anche con mezzi pubblici (bus, treni) fino in Svizzera. Trattandosi di un itinerario circolare, non esiste un vero e proprio punto di inizio, ogni turista può costruire il tour e decidere il punto di partenza in base alle proprie esigenze e preferenze.

Da non perdere infine anche il **Sentiero Rusca** che sale da Sondrio fino alla Valmalenco e le numerose piste ciclopedonali.

Gli amanti della mountain bike apprezzano i dislivelli più



impegnativi della **Val Belviso**, ad Aprica, che percorre le Orobie Valtellinesi. A Livigno è da non perdere il **Giro delle Tee**, che accompagna i cicloturisti alla scoperta delle tipiche baite in legno della zona. L'**Anello dell'Alpe Groppera**, adatto anche ai principianti, si sviluppa nei boschi sopra Madesimo nel versante a Est dove d'inverno gli sciatori affrontano le piste da sci; in questo itinerario suggestivo è possibile fare una sosta per rinfrescarsi nel meraviglioso Lago Azzurro, piccolo bacino alpino immerso in una pineta, oppure ammirare il panorama dell'altopiano degli Andossi e delle cime dell'alta Valle Spluga: Pizzo Quadro, Pizzo Ferrè e Pizzo Tambò, per citare i più importanti.

I **Wine Bike Tour** sono il mix perfetto per chi ama sia il buon vino sia lo sport. Si tratta di **6 itinerari ad anello** completamente **immersi nei vigneti** con Sondrio come luogo di partenza e arrivo. I percorsi hanno lunghezze diverse, alcuni di essi sono **perfetti per le famiglie** in quanto pianeggianti e non eccessivamente lunghi, altri attraversano antichi borghi e siti di interesse culturale che meritano una sosta, altri ancora accompagnano i cicloturisti tra le bellezze alpine della Valtellina. Percorrere questi sentieri significa godere a **ritmo slow** delle meraviglie della Valtellina con tutti i sensi, concludendo poi la giornata con un buon calice di vino valtellinese. Molti dei Bike Tour si intersecano con la Strada del Vino dove anche qui i turisti potranno visitare numerose cantine, ristoranti e botteghe. →



Passione alpinismo: hiking, trekking, sky running e arrampicata

La Valtellina è legata a doppio filo alle sue montagne e le vette che incorniciano il paesaggio e hanno svolto nei secoli una funzione difensiva della valle non sono "solo" fonte di acqua, protezione e vita per i suoi abitanti, ma anche una vera e propria sfida per gli appassionati che, con consapevolezza e rispetto, si avventurano lungo i sentieri e approcciano creste e pareti rocciose puntando sempre più in alto.

Camminare è uno dei modi migliori per immergersi, passo dopo passo, nell'inestimabile patrimonio naturalistico, storico e culturale della Valtellina. In Bassa Valle si trova la **Val Lesina**, una delle valli più selvagge del Parco delle Orobie Valtellinesi che si mantiene intatta dal punto di vista naturalistico. La Media valle e le valli collaterali offrono agli appassionati di trekking innumerevoli percorsi di scoperta. Oltre alla **Via dei Terrazzamenti**, che consente di fare un passo indietro nella storia alla scoperta del duro lavoro dell'uomo che nei secoli è riuscito a rendere coltivabile le pendici di queste montagne, la **Via Spluga** è un sentiero escursionistico-culturale di 70 km che da secoli unisce Thusis, in Svizzera, a Chiavenna, lungo mulattiere la cui struttura originaria è stata in gran parte mantenuta o ripristinata. Chi affronta il cammino può scegliere tra diverse formule e pacchetti che comprendono i pernottamenti, il trasporto dei bagagli e gli ingressi alle principali attrazioni lungo la strada.

Tra storia, cultura e natura, la Valchiavenna è attraversata da altri sentieri come la **Via Bregaglia**, che si sviluppa attraverso l'omonima e idilliaca vallata alpina che ispirò artisti come Segantini e Varlin con i suoi panorami rupestri, e le Vie del Viandante, un gruppo di dodici itinerari che ripercorrono le antiche rotte dei commercianti tra il Nord e il Sud Europa.

Per chi ama le sfide con sé stesso e i percorsi più impegnativi, la Valtellina presenta anche numerosi **percorsi escursionistici di alta montagna** che raggiungono rifugi in quota e vette spettacolari. Creato dal CAI di Milano nel 1928, il **Sentiero Roma** è una delle Alte Vie più amate; copre una distanza di circa

54 km e si svolge prevalentemente a 2500 m di quota attraversando la Val Codera, l'intera testata della Val Masino fino alla Valmalenco. In base all'itinerario che si desidera seguire, per percorrerlo occorrono dai 3 ai 5 giorni di cammino. Anche l'**Alta Via della Valmalenco** è un itinerario di trekking a tappe che collega diversi rifugi in quota, mantenendosi quasi sempre sopra i 2000 m di quota per una lunghezza complessiva di circa 100 km. È uno dei percorsi più suggestivi per scoprire le montagne della Valmalenco e i suoi principali punti panoramici; per percorrere le sue otto tappe occorrono normalmente otto giorni ma è possibile personalizzare l'itinerario percorrendo solo alcuni tratti oppure affrontandolo come un percorso ad anello. La **Gran Via delle Orobie**, di 130 km e ad una quota media di 1.800 m, collega Delebio ad Aprica ed è il principale itinerario escursionistico del Parco delle Orobie Valtellinesi.

La Valtellina è infine interessata anche dalla **Via Alpina**, una rete di 5 itinerari escursionistici attraverso gli otto Paesi dell'arco alpino (oltre 5000 km e 342 tappe giornaliere) e dal **Sentiero Italia**, uno dei trekking più lunghi del mondo di oltre 6000 km che attraversa gli Appennini e le Alpi. →

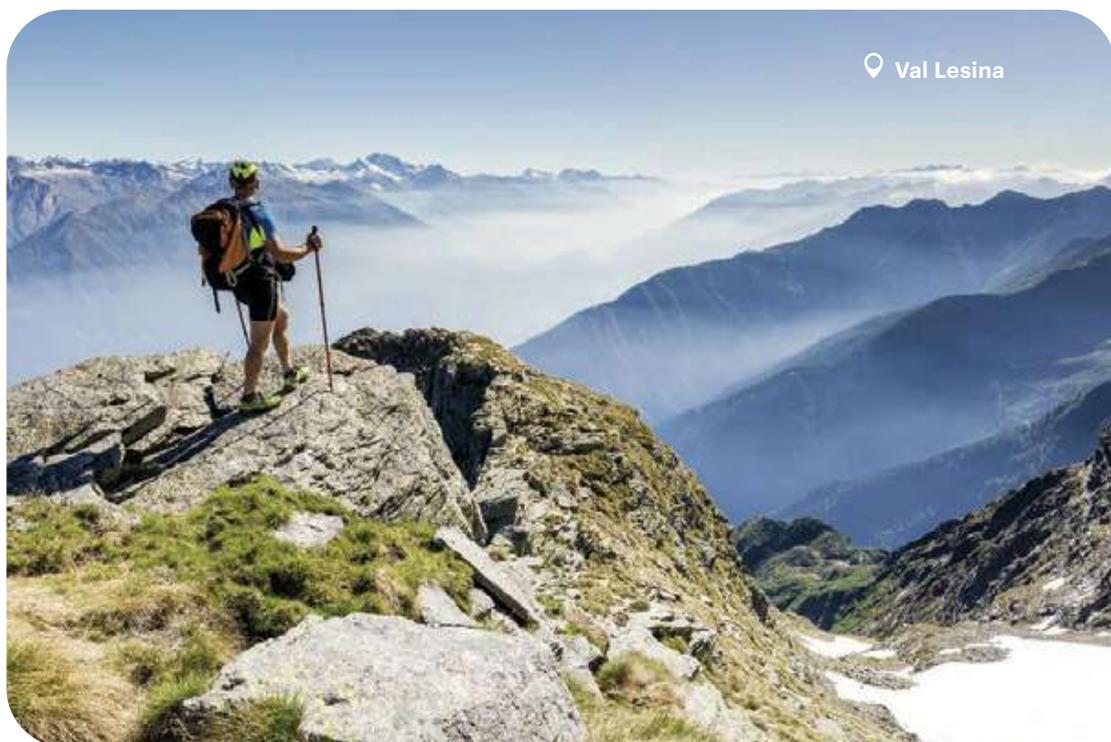


Dal fondo valle alle creste in quota, i sentieri della Valtellina ospitano ogni anno anche centinaia di **runner**. Chi ama le lunghe distanze, su asfalto o sterrato, può seguire le tante piste ciclabili e i sentieri più dolci e pianeggianti, come il Sentiero Valtellina e la Via dei Terrazzamenti. Gli amanti delle **skyrace** trovano tracciati impegnativi, con migliaia di chilometri di dislivello per alzare sempre più l'asticella della sfida con sé stessi, e un ricco calendario di manifestazioni in cui mettersi alla prova con altri professionisti e appassionati della corsa in montagna. Con i suoi 52 km di percorso, un dislivello di 8.400 m e sette passi, il **Trofeo Kima** in Val Masino è uno degli eventi di punta per gli skyrunner a livello nazionale.

Chi pratica l'alpinismo classico e preferisce rivolgere lo sguardo verso il cielo, alla conquista – letteralmente – di nuove altezze per guardarsi dentro e superare i propri limiti, in Valtellina può conquistare **vette spettacolari** come le cime del massiccio del **Disgrazia**, i quattromila metri del **Bernina** in Valmalenco, il gruppo dello **Spluga** in Valchiavenna e dell'**Ortles-Cevedale** con la traversata alpinistica delle 13 cime, la **Cima Piazzi** e tante altre spettacolari montagne dell'Alta valle. Livigno custodisce oltre 10 cime che raggiungono i 3000m di

quota. Queste cime non trovandosi su ghiacciaio non richiedono l'utilizzo di picozza e ramponi, ma di buone abilità escursionistiche. Le numerose guide alpine della zona sono a completa disposizione degli alpinisti per condividere il proprio bagaglio di conoscenze tecniche e in materia di sicurezza, territorio e ambiente naturale.

Infine la **Val Masino**, con le imponenti rocce granitiche di ogni forma e dimensione del gruppo Masino-Bregaglia, è la destinazione prediletta dai climber che muniti di corde, scarpette e magnesite affrontano le sue vie di arrampicata sportiva e tradizionale, oppure si cimentano con il bouldering: una location imperdibile per chi cerca di emulare le grandi imprese di trekker e scalatori dell'alpinismo classico, attirati dalle sue pareti e dai suoi spigoli a cui si accede da mulattiere e sentieri che conducono a rifugi e bivacchi in quota. Il **Sasso Remenno**, il più grande monolite d'Europa, è conosciuto dagli scalatori di tutto il mondo e può a buon titolo essere considerato come la palestra d'arrampicata naturale più grande del Vecchio Continente, con oltre 200 vie di arrampicata di varia difficoltà e un'altezza che varia dai 25 ai 45 metri di altezza. Qui, nel 2023, tornerà dopo 5 anni di stop il Melloblocco, il celebre raduno annuale



Val Lesina



che richiama in **Val Masino** “sassisti” da oltre 20 paesi in tutto il globo. Percorrendo il fondovalle si entra in Val di Mello, che i professionisti chiamano affettuosamente “la piccola Yosemite”: le sue formazioni rocciose uniche battezzate nei decenni con i nomi più fantasiosi e le sue pareti lisce, dove ci si arrampica per lo più in aderenza, costituiscono una vera e propria leggenda nella storia dell’arrampicata moderna.

Tra le falesie e rocce più apprezzate dai climber rientrano anche il **Serpentino della Valmalenco**, la **falesia di Isolaccia**, le **falesie di Campo Moro**, la **roccia dello Zoia** e le **falesie a più tiri della Val Poschiavina**, e le palestre di roccia e bouldering della **Valgerola**.

In tutta la Valtellina sono presenti numerosi **rifugi e bivacchi** ubicati a una quota compresa tra gli 800m e i 3.000m. Molti di questi sono aperti durante la stagione invernale mentre altri aprono solo con l’arrivo dell’estate, quando tornano a essere collegati da sentieri accessibili. →



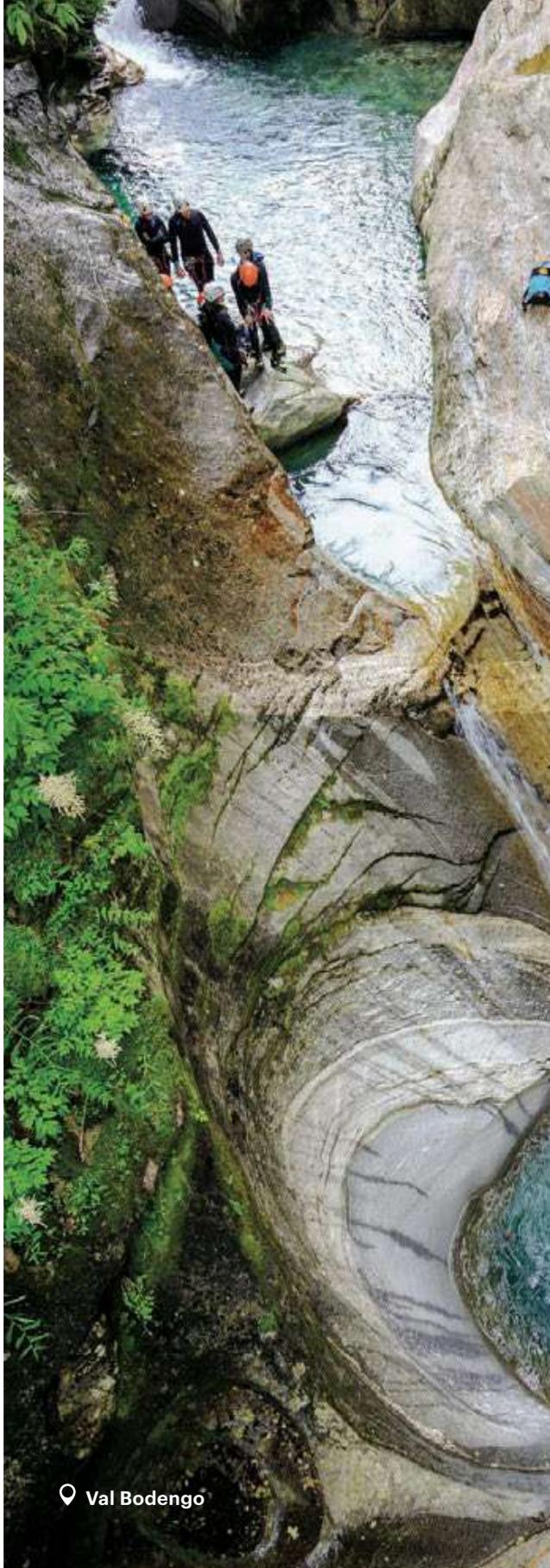
Water adventures: rafting, canyoning e altre attività sull'acqua

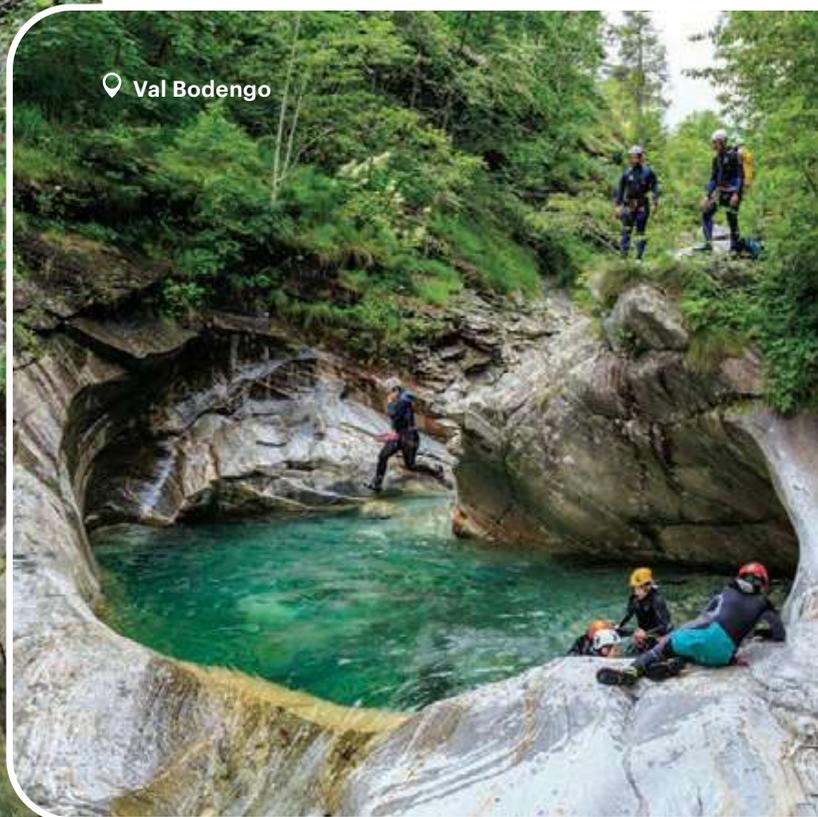
Nella bella stagione laghi, fiumi e torrenti della Valtellina offrono refrigerio dalle alte temperature ma anche innumerevoli opportunità di divertimento. In base alla zona, alle pendenze e alle specifiche conformazioni naturali, è possibile cimentarsi con diversi sport acquatici.

Un'uscita con un gommone da **rafting** o in **kayak** lungo il fiume Adda è un'alternativa divertente per esplorare i dintorni e ammirare i panorami valtellinesi da un punto di vista insolito. Le scuole del territorio organizzano attività per target diversi: dalle escursioni romantiche al chiaro di luna alle sfide adrenaliniche, per trascorrere del tempo di qualità tra amici e in famiglia.

Nel corso dei secoli le acque più turbolente dei torrenti hanno scavato gole, scivoli di pietra e passaggi tra le rocce che oggi creano le condizioni ideali per la pratica del **canyoning**. In **Valmalenco**, il **torrente Cormor** ha creato uno dei percorsi più suggestivi e rinomati nelle Alpi per gli amanti con partenza da Campo Moro e arrivo a Franscia, per buona parte al buio e caratterizzato da un incredibile sistema di cunicoli sotterranei. Nelle forre del **torrente Scerscen**, nei pressi di Campo Franscia, si trova anche **Gola Up**, uno spettacolare percorso alpinistico che inizia con una calata in corda doppia da 40 m da un masso ciclopico, e prosegue tra corde fisse, zip-line e brevi tratti da percorrersi a piedi o con facile arrampicata fino al greto del torrente. Tra gli spot migliori per vivere un'esperienza ad alto tasso di adrenalina c'è anche la **Val Bodengo**, in Valchiavenna, che alterna passaggi con scivoli lunghi di 6 m e cascate alte fino a 25 m, disegnando percorsi per tutti i livelli.

Anche i laghi regalano grandi emozioni: dal **Lago di Mezzola**, al confine tra le province di Como e Sondrio, dove pagaiare a ritmo lento per assaporare la pace ed esplorare i dintorni, al **Lago di Livigno**, ad un'altezza di 1.816 m, dove rilassarsi prendendo il sole su una zattera galleggiante oppure cimentarsi in svariati sport acquatici come kayak, pedalò, SUP e canottaggio.





Con tre fiumi principali (Adda, Mera e Spool), 110 laghi alpini, 220 torrenti e 24 bacini artificiali che ne fanno il più importante bacino idrografico italiano, secondo solo all'intera Valle d'Aosta, la Valtellina è infine la meta ideale per gli amanti della **pesca sportiva**. Con un unico permesso, acquistabile online oppure presso uno dei venditori autorizzati della provincia di Sondrio, è possibile accedere a 1250 km di acque pescabili, 74 km di zone riservate alla pesca a mosca e alla pesca con gli artificiali, tratti turistici per i pescatori più impazienti e aree riservate alla pesca per i più piccoli. Le specie ittiche più diffuse sono quelle tipiche dei bacini fluviali e montani: temolo, trota fario, salmerino alpino e marmorata. →

In buca tra le vette: a tutto golf in Valtellina

La quiete e il silenzio della montagna, il contatto con la natura e una varietà di paesaggi che rendono la pratica decisamente varia e poco noiosa sono i requisiti che ogni anno attirano in Valtellina anche un buon numero di golfisti. Il territorio mette a loro disposizione ben cinque green di diversa grandezza e livello di difficoltà. Il **Valtellina Golf Club di Caiolo**, a due passi da Sondrio, vanta un campo da 18 buche lungo più di 6 km e immerso in un contesto naturalistico di grande bellezza: circondato dalle vigne delle Alpi Retiche e dai verdi boschi delle Orobie, dal bianco massiccio dell'Adamello e dalle cime granitiche del Monte Disgrazia, presenta un tracciato abbastanza complesso grazie alla presenza sul green di laghetti e canali. Anche a **Bormio** e **Madesimo** è possibile giocare su due campi

rispettivamente a 9 e 6 buche; il primo è uno dei migliori campi da golf di montagna e presenta 9 buche diverse tra di loro con fairway in contropendenza, rough duro e greens con pendenze difficili da leggere, mentre il secondo presenta anche un'ampia area dedicata alla pratica e organizza lezioni e gare, anche in notturna. Completano l'offerta dedicata a chi desidera avvicinarsi a questo sport la **Golf Training Area di Livigno**, la più alta d'Europa disposta su un'area di 10.000 mq composta da una zona pitch and putt, un driving range di 250 mt e tre green con varie difficoltà, e la rinnovata **Golf Training Area di Aprica**.





Cultura

La storia della Valtellina affonda le sue radici nella preistoria, un'epoca che riaffiora sotto forma di pietre fossili, misteriosi incisioni rupestri e reperti archeologici di grande interesse antropologico. La sua collocazione strategica in prossimità di grandi valichi alpini ha favorito il passaggio e l'avvicinarsi di popolazioni di origini celtiche, liguri ed etrusche.

Palazzi, chiese e altri edifici storici in ciascuno dei 78 comuni della Valtellina raccontano ai viaggiatori questo incessante avvicendamento nei secoli di popoli, famiglie e personalità che hanno scritto pagine di storia e lasciato traccia del loro passaggio nella cultura e nelle tradizioni della Valtellina. Un passato che rivive ai giorni nostri anche nelle **leggende e tradizioni popolari** che si tramandano da generazioni, voci ancora vive del passato contadino della valle che si fanno sentire proprio come la potente energia spirituale che si respira nei suoi **luoghi di culto e pellegrinaggio**.

La memoria delle rocce: sulle tracce della preistoria in Valtellina

Diversi ritrovamenti e scavi archeologici confermano che la valle era abitata, soprattutto nella sua porzione medio-bassa, già nell'Età della pietra. Il **Parco delle Incisioni Rupestri di Grosio Grosotto** è la più importante testimonianza del passaggio di antiche popolazioni in Valtellina; le figure incise più antiche ritrovate al suo interno risalgono alla fine del Neolitico, circa quattromila anni prima della nascita di Cristo.

Fulcro del Parco è la **Rupe Magna di Grosio**, un imponente affioramento roccioso modellato dai ghiacciai. È una delle più grandi rocce incise dell'arco alpino ed è ricoperta da oltre 5.000 raffigurazioni: figure antropomorfe e di animali come capre, stambecchi e cinghiali, ma anche figure geometriche, coppelle e uomini e donne immortalati in attività quotidiane e riti di passaggio all'età adulta. L'incisione più emblematica, diventata anche simbolo del Parco, rappresenta un

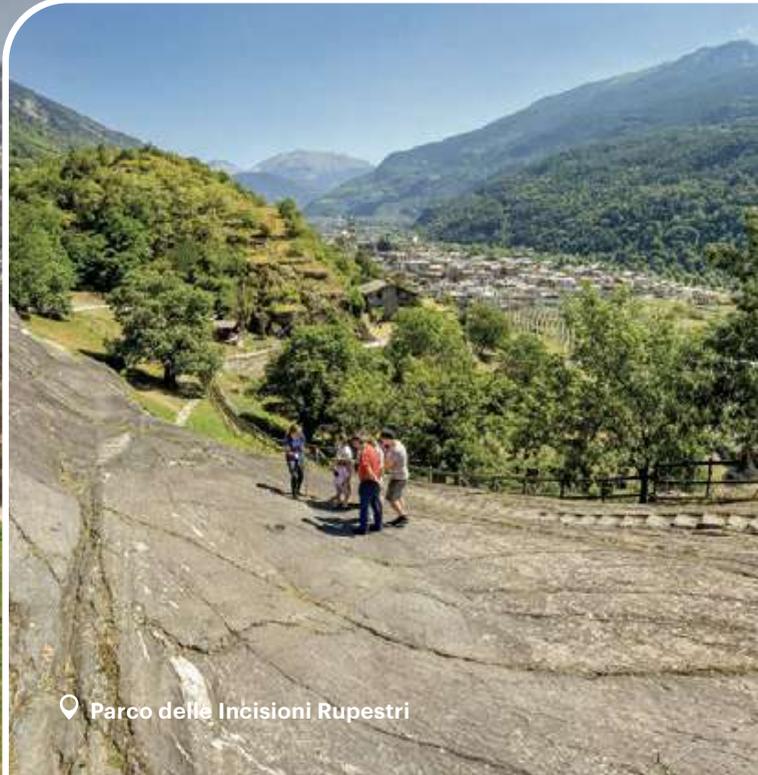


📍 Parco delle Incisioni Rupestri

uomo armato di scudo e quello che sembra essere una spada o un bastone. Sulla sommità del colle che domina la Rupe si trovano due castelli circondati dal tipico sistema di terrazzamenti con murature a secco che risalgono al X-XI secolo.

Anche nel vicino mandamento di Sondrio, tra i terrazzamenti, sono state scoperte rocce incise di grande bellezza e interesse archeologico. Sulla **rupe del Calvario di Tresivio** sono affiorate testimonianze di vita umana risalenti ad almeno 4.000 anni fa mentre a **Castione, in località La Ganda**, è possibile visitare una roccia incisa 3.000 anni fa ricoperta da figure principalmente antropomorfe.

Nei dintorni di **Teglio**, il ritrovamento di alcune steli intere e frammenti incisi dell'era del Bronzo (3.000 a.C.) tra i terrazzamenti porta gli esperti ad ipotizzare che



📍 Parco delle Incisioni Rupestri

in Valtellina fossero presenti alcuni centri cerimoniali caratterizzati da monoliti istoriati. A Palazzo Besta sono conservate 3 **stele di Caven** tra cui la cosiddetta “Dea Madre” che, per il carattere astratto, è stata variamente interpretata. Secondo alcuni studiosi, si tratta della raffigurazione di una divinità della fertilità di ascendenza neolitica (VI-IV millennio a.C). Nuovi elementi da recenti scavi suggeriscono che la Dea Madre e le altre stele rappresentino in chiave allusiva antenate oggetto di venerazione.

Scavi archeologici realizzati in Valchiavenna, a Pian dei Cavalli, hanno infine portato alla luce altri reperti databili tra il 10.000 e il 6.000 a.C. e tracce di insediamenti tra i 1.500 e i 2.000 m. Una scoperta che conferma la teoria secondo cui in epoca preistorica e in particolare nel Mesolitico anche la **Valle Spluga** e l'omonimo Passo abbiano visto transitare tribù di pastori, agricoltori e

cacciatori.

Piuro, situato in Val Bregaglia, è un antico borgo della Val Bregaglia ed è considerato la Pompei delle Alpi a causa di una frana che distrusse l'abitato nel 1618. Le campagne di scavo avviate a metà anni Sessanta del '900 hanno permesso agli archeologi di intraprendere un vero e proprio viaggio nel tempo ricostruendo, reperto dopo reperto, quella che era la vita di Piuro prima della frana. All'interno del **Museo degli scavi di Piuro**, non lontano da Chiavenna, si possono ammirare alcuni reperti che permettono a turisti e passanti di conoscere la storia di questo territorio. →



A spasso nella storia tra torri e castelli

Il ruolo importante che la Valtellina ha ricoperto nei secoli, grazie alla sua posizione strategica di “ponte” tra l’Italia e l’Europa Centrale, è testimoniato dai tanti **castelli, torri e fortezze** costruiti ai piedi dei valichi e nei principali punti di accesso alla valle. Nonostante molti di questi siano oggi solo dei ruderi, a causa dello smantellamento delle fortificazioni imposto dai Grigioni nel 1600, alcuni castelli sono sopravvissuti e meritano una visita sia per la loro bellezza sia per i reperti conservati al loro interno che ricostruiscono alcuni dei momenti salienti della storia della Valtellina.

La maggior parte dei **castelli** si concentra tra la Bassa e la Media Valle, dove i signori potevano agevolmente dominare i punti principali di accesso. Nel mandamento di Sondrio è ancora possibile visitarne due. Percorrendo un breve tragitto a piedi dal centro storico che attraversa via Scarpatetti, l’antico quartiere contadino della città, si raggiunge **Castel Masegra**. Edificato nel medioevo, nel corso dei secoli ha subito modifiche strutturali per adattarsi alle esigenze dei suoi diversi proprietari che lo hanno trasformato da fortificazione a residenza, deposito vini e infine distretto militare. Oggi ospita **CAST, il Castello delle STorie di Montagna**: un insolito

e affascinante museo che racconta la montagna con un approccio esperienziale e multimediale, attraverso un percorso di scoperta delle sue tre A – Arrampicata, Alpinismo e Ambiente – che ciascun visitatore può personalizzare in base ai propri interessi e attitudini.

A Montagna in Valtellina in posizione più defilata ma strategica, su un promontorio roccioso a strapiombo circondato dai tipici terrazzamenti vitati, si trova invece uno dei simboli della Valtellina nonché uno dei migliori punti panoramici per osservarla: **Castel Grumello**, una rocca fortificata che risale al XIII secolo. Bene FAI, è un raro esempio di castello “gemino” composto da due corpi speculari (uno militare, l’altro residenziale) circondati e uniti tra loro da alte mura. Demolito dai Grigioni nel 1526, oggi offre solo una visione parziale di quella che si pensa essere stata una delle costruzioni più imponenti di tutta la provincia.

Nel tiranese, sulla sommità del colle che domina la Rupe Magna del Parco delle Incisioni Rupestri, sorgono **il Castello di S. Faustino e il Castello Nuovo**: il primo, più antico, ha un campaniletto romanico attiguo a una piccola cappella che conserva, al centro del presbitero, due sepolcri medievali scavati nella roccia, mentre il

secondo è caratterizzato da una doppia cortina di mura e da una poderosa torre interna fortificata.

Per presidiare l'accesso al Passo del Mortirolo, la potente famiglia Venosta fece edificare nei boschi sopra Mazzo di Valtellina il **Castello di Pedenale**, una costruzione complessa eretta a scopo difensivo di cui oggi rimangono solo una torre a pianta quadrata del XIII secolo e parte dell'antica contrada fortificata. Apparteneva ai Venosta anche il **Castello di Bellaguarda**, situato poco sopra l'abitato di Tovo S. Agata; considerato uno dei più articolati complessi castellani della valle, conserva ancora una parte delle strutture originarie come la torre di guardia, costruita in epoca antecedente, il corpo di guardia e le mura merlate.

In diverse zone strategiche svettavano anche **torri di grande interesse storico**. Posizionate in luoghi di passaggio obbligato per gli eserciti in marcia dalla pianura alle montagne e viceversa, svolgevano un'importante funzione difensiva.

A **Gordona** è possibile visitare l'unica torre di segnalazione ancora intatta di tutta la Valchiavenna, la **Torre di Segname**; fu costruita tra il IX e il X secolo ai tempi delle incursioni degli Ungari.

Per proteggere la città di Sondrio, nel 1321 fu costruita la **Torre di Mancapane** a Montagna in Valtellina; alta ben 21 metri e completamente immersa nella vegetazione, non aveva funzione abitativa ma accessi sopraelevati e camminamenti per le ronde che la rendevano particolarmente inaccessibile. Fu purtroppo smantellata nel 1500 e oggi non è possibile ammirarla in tutta la sua imponenza.

Risalgono alla stessa epoca le **Torri di Fraele**, edificate nel 1391 a una quota di 1.930 m per difendere l'Alta Valtellina da possibili invasioni lungo la Via Imperiale d'Alemagna, una delle principali vie di comunicazione e commerciali tra Bormio e l'Engadina. Oggi sono un punto di grande interesse storico ma anche paesaggistico, poiché offrono una splendida vista sulla Valdidentro e sulle cime dell'Alta Valtellina, e un ottimo punto di partenza per diversi itinerari di trekking e mtb. Altrettanto mozzafiato è la vista di cui si gode dalla



📍 **Castello di Mancapane**

Torre De Li Belli Miri, imponente costruzione a pianta quadrata considerata il simbolo di **Teglio**. È quanto rimane del castello medioevale ricostruito sulle rovine di uno precedente di fondazione romana; in autunno è consentito salire in cima per ammirare il panorama circostante.

Per provare a calarsi nelle atmosfere di epoche storiche ormai lontane, è possibile visitare i castelli della Valtellina immergendosi nella natura e attraversando a piedi borghi, campi e terrazzamenti seguendo appositi **sentieri e circuiti ad anello di trekking**. Nella zona di Tirano, il **Circuito dei Castelli** si snoda sul fondovalle per oltre 30 km tra meleti, vigneti e castagneti, toccando otto comuni e conducendo a diversi castelli, torri e chiese di grande importanza storica. Nella zona di Sondrio, il **Circuito dei Castelli Grumello e Mancapane** è un piacevole itinerario di trekking di 10,5 Km che collega le due fortezze di epoca medioevale.

Palazzi storici e antiche residenze nobiliari

In epoche più recenti la Valtellina ha conservato la propria importanza, affermando oltre al ruolo strategico acquisito negli anni delle grandi conquiste anche una fama di località ideale di residenza e villeggiatura per famiglie nobili che vi costruirono le proprie dimore.

Gli esempi più importanti si concentrano nella bassa e media valle. Nel XIII secolo i Malacrida ordinarono la costruzione della loro residenza nel cuore dell'antica **contrada di Scimicà a Morbegno**. Con la sua posizione dominante nella parte alta della città, **Palazzo Malacrida** è l'esempio più significativo del rococò in Valtellina, e affettuosamente definito come "il più bel palazzo veneziano lontano da Venezia". Dietro a una facciata sobria e compatta si nascondono sale riccamente decorate come il salone d'onore, dove le prospettive architettoniche ardite e le geniali quadrature di Giuseppe Coduri, detto il Vignoli, creano l'illusione di un grande e variopinto giardino. Sul retro del palazzo, il giardino all'italiana disposto su tre terrazze offre una vista impagabile sul borgo di Morbegno e il versante terrazzato della Costiera dei Cech.

La firma di Pietro Solari, l'architetto che ha progettato Palazzo Malacrida, è visibile anche all'interno di **Palazzo Sertoli**, uno dei tre palazzi comunicanti (insieme a Giacconi e Paribelli) disposti intorno alla storica piazza Quadrivio di **Sondrio**. Sua, infatti, è la sala rococò "dei balli", situata al piano nobile del palazzo, caratterizzata da arditi trompe-l'oeil e sfondati architettonici che ampliano i volumi del salone, totalmente decorato con stucchi e decorazioni pittoriche. Palazzo Sertoli si trova a sud della piazza ed è a sua volta composto da più strutture prevalentemente secentesche e settecentesche, tutte diverse tra loro e disposte intorno a una corte nobile, una corte rustica e un giardino nobiliare.

Anche Tirano e i suoi dintorni contano diversi palazzi storici che si sono affermati come mete culturali e turistiche. Edificato a fine Quattrocento, **Palazzo Besta a Teglio** è una delle più significative dimore rinascimentali lombarde. Si distribuisce su due piani articolati intorno a un cortile quadrato, vero cuore della casa, con due ordini di logge e pareti affrescate



raffiguranti episodi dell'Eneide e ritratti riconducibili a membri della famiglia Besta. Anche i suoi interni sono riccamente decorati con cicli di affreschi a soggetto biblico, mitologico e storico risalenti al Cinquecento. Nel 1927 è stato costituito museo nazionale; al suo interno ospita anche quattro caratteristiche stüe valtellinesi e l'Antiquarium Tellinum, importante collezione di testimonianze archeologiche risalenti all'Età del Rame.

Nel secolo successivo i Conti Sertoli Salis, governatori e podestà grigioni della Valtellina, ordinarono la ristrutturazione di quattro palazzi del 1500 situati nel centro storico di **Tirano** dalla cui unione nacque l'imponente **Palazzo Salis**, che copre una superficie complessiva di oltre 6.000 mq. Tra il XVII e il XVIII secolo le sue dieci sale in stile barocco splendidamente affrescate sono state il centro del potere politico della valle. Affacciano sull'anticacorte rustica del Cinquecento denominata "Corte dei cavalli", sulla chiesetta dedicata a San Carlo Borromeo e sul suggestivo giardino interno all'italiana: un vero e proprio gioiello nascosto del Palazzo.

Anche **Palazzo Merizzi** è stato costruito alla fine del XVII secolo accorpando due palazzi cinquecenteschi e un torrione medioevale. Il suo ampio cortile a pianta quadrata, interamente porticato da colonne e pilastri, è uno dei più suggestivi del centro storico di **Tirano**. (NOTA: il Palazzo non sempre è aperto e visitabile e di conseguenza neppure fotografabile). Le stanze del palazzo sono riccamente decorate mentre i due saloni interni più famosi sono foderati da pannelli in legno intagliato e dipinto con decorazioni in stile Luigi XIV, risalenti al Seicento. Custodito come fosse un gioiello c'è l'archivio della nobile famiglia Merizzi che vanta numerosi documenti risalenti al periodo storico dal 1510 al 1800, tra cui 150 pergamene medioevali e gli antichi alberi genealogici delle famiglie tirolesi di Wolkenstein e Schlanders.

All'ingresso del paese di **Grosio** sorge **Villa Visconti Venosta**, antica residenza della nobile famiglia omonima che era solita trascorrere qui l'estate. Nelle meravigliose stanze interne del palazzo sono conservati arredi d'epoca, antichi volumi e cimeli raccolti nel corso

di generazioni e di viaggi, la collezione di opere d'arte del Marchese Emilio e ricordi del passaggio di alcune conoscenze illustri della casata come la poltrona di Camillo Benso Conte di Cavour, di cui il Marchese Emilio era amico e sostenitore politico, e un volume di proverbi francesi postillato da Alessandro Manzoni.

Importante crocevia in epoca medievale, Bormio è piccolo gioiello dove si possono ammirare chiese e palazzi disseminati tra le vie. Piazza del Kuerc, il Ponte di Combo e la chiesa del Santo Spirito sono solo alcuni dei punti di interesse che meritano una visita. A **Prosto di Piuro**, in Valchiavenna, è possibile infine ammirare una delle più prestigiose e affascinanti dimore cinquecentesche lombarde: **Palazzo Vertemate Franchi**. Immerso nella natura, comprende oltre al palazzo una serie di edifici rustici essenziali un tempo adibiti alla gestione della tenuta di famiglia - come il torchio e la ghiacciaia - e un giardino all'italiana, un orto, un frutteto, un castagneto e un vigneto per la produzione del Vertemate Vino Passito. La facciata è sobria ed essenziale, circondata da spazi ariosi e funzionali; all'interno conserva antiche stüe, soffitti intarsiati e pareti affrescate con grandi scene mitologiche ispirate in particolare alle metamorfosi di Ovidio. →





📍 Tirano - Santuario della Madonna

Il lato spirituale della Valtellina: le chiese e i cammini

Cornice di battaglie, conquiste e lotte di potere, lo spettacolare ambiente naturale che contraddistingue la Valtellina ha ispirato nei secoli anche sentimenti di natura spirituale e contemplativa. Sono oltre 500 le chiese sparse su tutto il territorio della provincia di Sondrio: piccole cappelle in quota, chiese parrocchiali e santuari costruiti per favorire il culto in luoghi dove il silenzio, la vicinanza al cielo e l'imponenza delle montagne invitano all'introspezione e alla meditazione, alla preghiera e a una connessione più intima e profonda con la propria dimensione religiosa. Una rete di sentieri e itinerari che ripercorrono le rotte dei pellegrini collega tra loro i principali luoghi di culto, e accoglie a braccia aperte chi cerca una vacanza di meditazione e raccoglimento.

Costruita nel XI secolo a picco su una rupe all'imbocco della Valposchiavo, la **chiesa romanica di Santa Perpetua** è uno dei più antichi luoghi di pellegrinaggio della valle. Per centinaia di anni è stata il punto nodale del sistema di comunicazione che, attraverso il Bernina, univa le valli del Reno e dell'Inn con la Valtellina e il Bresciano; accanto alla chiesetta millenaria sono ancora visibili le mura dello xenodochio, l'ostello che fungeva da ristoro per pellegrini, viandanti e mercanti.

Ai suoi piedi sorge quello che è considerato il fulcro dell'identità religiosa della valle, e uno dei suoi luoghi di culto più significativi: il **Santuario della Madonna di Tirano**, edificato sul luogo dell'apparizione della Beata Vergine al tiranese Mario Omodei nel 1504. Posta al crocevia tra la Valtellina e la vicina Svizzera, da oltre 500 anni il Santuario, nonché unica basilica della provincia di Sondrio, richiama pellegrini da tutta Europa. Con la sua pianta a tre navate a croce latina è il più bell'esempio di architettura rinascimentale religiosa della Valtellina. Nella storica piazza adiacente è ancora possibile ammirare l'antica Hosteria granda, sorta subito dopo l'apparizione per ospitare i pellegrini, le piccole botteghe (fondaci) utilizzate in occasione delle fiere di merci e bestiame e la Casa del Penitenziere in cui ha sede il Museo Etnografico Tiranese, che custodisce diversi manufatti di vita contadina e pregevoli paramenti sacri, tra cui quelli donati alla Basilica dal cardinale Richelieu.

Il Santuario della Madonna di Tirano, proclamata nel 1946 da Papa Pio XII "Celeste Patrona della Valtellina", è anche il punto di arrivo del **Cammino Mariano delle Alpi**, un itinerario di trekking che tocca i principali luoghi del culto mariano in Provincia di Sondrio. La Via Occidentale si snoda per 91 km da Piantedo a Tirano, ed è a sua volta suddivisa in cinque tappe con soste intermedie a Morbegno, Berbenno, Sondrio e Teglio, seguendo un percorso che si innesta su altre reti di sentieri come la Via dei Terrazzamenti. Il raggiungimento di ogni tappa è certificato da un timbro apposto sulla credenziale, il "passaporto del pellegrino" che al termine del cammino consente di ottenere il Testimonium rilasciato dal Rettore del Santuario della Madonna di Tirano. È in fase di realizzazione anche una Via Orientale, di 66 km circa, che nel prossimo futuro collegherà Bormio e Tirano.

Anche **Sondrio** ha accolto nei secoli un flusso costante di pellegrini. Una gigantesca figura di San Cristoforo, protettore dei viandanti, campeggia sulla parete esterna del **Santuario della Sassella**, costruito nel XV secolo alle porte della città e facilmente raggiungibile a piedi attraversando i caratteristici terrazzamenti. Al culto mariano è dedicato anche l'imponente **Santa Casa di Tresivio**, raggiungibile percorrendo la strada Panoramica dei Castelli. La facciata, ampia e altissima e adornata da un portale barocco in pietra ollare, è la parte più maestosa dell'edificio. Deve il suo nome a una piccola cappella a due ingressi coperta da una volta a botte affrescata con un cielo stellato raffigurante la Santa Casa, costruita nel 1701 con esplicito riferimento al modello di Loreto.

Nel centro storico di Sondrio, nella centralissima piazza Campello, si trova una delle chiese più antiche di tutta la Valtellina: la **Collegiata dei Santi Gervasio e Protasio**, citata già in manoscritti del 1100. Da allora ha subito diverse trasformazioni di cui si è persa traccia; oggi rimangono la facciata volta a ponente, l'interno a una

→

sola navata, la volta a botte suddivisa in tre campate e la torre campanaria staccata dal corpo centrale, lasciata incompleta e successivamente terminata nel 1763. Al suo interno conserva alcuni dipinti dei più rilevanti artisti valtelinesi come Pietro Ligari, Giacomo Parravicini (detto Gianolo), il Caimi, Giovanni Gavazzeni e G. Piero Romegjalli.

Da via Nicolò Rusca, sul retro della chiesa, ha inizio il **Sentiero Rusca**: un itinerario storico-religioso di 32 km con 2.300 m di dislivello che ricalca la Strada Cavallera, la rotta commerciale che anticamente collegava Sondrio con il Passo del Muretto, porta di comunicazione tra Valtellina ed Engadina. Dopo avere attraversato alcune frazioni di Sondrio, il sentiero percorre tutta la Valmalenco scendendo fino a Maloja (1.815 m), in Svizzera, ripercorrendo i luoghi dove visse l'arciprete di Sondrio Nicolò Rusca, guida illuminata dei fedeli valtelinesi e caduto martire nel 1618 nell'ambito dei conflitti tra cattolici e Grigioni riformati.

In **Valmalenco** si trova un'altra importante meta di

pellegrinaggio: il **Santuario della Beata Vergine delle Grazie di Primolo**, costruito nel 1688 su un dosso dal quale si domina la conca di Chiesa Valmalenco. Nel corso del Settecento il santuario divenne uno dei presidi mariani valtelinesi di maggiore devozione, che nel corso dei suoi tre secoli di vita ha dato origine a tradizioni che sovrappongono sacro e profano: dalla processione della prima settimana di agosto, preceduta dall'accensione di un grande numero di falò negli alpeggi della valle, all'usanza del "grattare" il vetro della nicchia che protegge la statua della Madonna posta dietro l'altare maggiore da parte delle donne in cerca di marito.

Nell'elenco dei luoghi del culto mariano si iscrive anche il **Santuario dell'Assunta a Morbegno**, caratterizzato da una splendida struttura rinascimentale di influenza bramantesca. Al suo interno conserva preziosi affreschi e tele cinquecentesche. Con la sua facciata monumentale, arricchita da statue e figure del Vecchio e Nuovo Testamento e alcuni simboli della fede cattolica, la **Chiesa di San Giovanni Battista** è da oltre



San Fedelino

due secoli il simbolo della città di Morbegno.

Chi ricerca una dimensione spirituale più intima e a contatto con la natura in bassa valle può visitare i suggestivi resti dell'antica **Abbazia di San Pietro in Vallate**, un Priorato Cluniacense del XI secolo. Passeggiando tra i castagni e le robinie nei pressi della frazione di Piagno, nel comune di **Cosio Valtellino**, è ancora possibile visitare le uniche parti rimaste: il campanile basso, con la tipica struttura valtellinese, l'abside semicircolare suddiviso in quattro settori, parte del muro meridionale della chiesa e dell'edificio abitato dai monaci.

Sulle rive del Lago di Novate Mezzola sorge invece il **Tempietto di San Fedelino**, risalente all'ultimo quarto del X secolo; ricorda il martirio di Fedele, scappato da Milano nel 284 d.C. per sottrarsi alle persecuzioni di Massimiano. La piccola struttura, composta da una sola navata con una minuscola abside adornata di preziosi affreschi, è ricoperta da un tetto a capanna con le piote simili a quelle ancora in uso sui tetti delle vecchie case della Valtellina.

Oltre al già citato Nicolò Rusca, la Valtellina ha dato i natali ad altre figure la cui vita e opere ispirano centinaia di fedeli come **Suor Maria Laura Mainetti**, la religiosa originaria della **Val Tartano** uccisa in circostanze tragiche a Chiavenna e beatificata nel 2021. A lei sono dedicati due percorsi ad anello facili e adatti a tutti che attraversano i luoghi della sua giovinezza tra fede, arte e natura.

È originario della **Valchiavenna San Luigi Guanella**, fondatore dell'ordine dei Servi della Carità e promotore dell'omonima Opera Don Guanella, canonizzato da papa Benedetto XVI nel 2011 per avere dedicato tutta la sua vita agli ultimi. Il **Cammino** che ripercorre i suoi passi si snoda su 120 km da Fraciscio, sua città natale, fino a Como, ed è uno dei più importanti itinerari religiosi lombardi: un piccolo "Cammino di Santiago" che si innesta su antichi sentieri - Via dello Spluga, Via Bregaglia, Via Francisca, Via Regina - passando per i luoghi più importanti della sua vita tra musei, chiese e aree espositive a lui dedicate. Completano l'itinerario principale sei percorsi minori definiti "meditativi", che



📍 Santuario della Sassella

toccano luoghi fondamentali della sua vocazione e delle sue opere.

Tra i principali tesori di arte religiosa della sua valle, la **Collegiata di San Lorenzo a Chiavenna** è probabilmente anche uno dei più antichi: le prime documentazioni che ne attestano l'esistenza risalgono al 973, ma è probabile che fosse già presente nel V secolo. La costruzione conserva ancora oggi le pareti romaniche, alle quali vennero aggiunti in epoca successiva il campanile (nel 1527) e il bellissimo porticato di fine '600. Il Battistero conserva uno spettacolare fonte battesimale del 1156, un monolite in pietra ollare alto 83 cm e con un diametro di 180 cm, abbellito con sculture in mezzo rilievo.

Nella località di Motta, frazione di Madesimo, a 2.000m si trova il Santuario di Nostra Signora d'Europa. Sulla cupola del Santuario si erge una statua metallica, alta 13 metri, che rappresenta la Vergine delle Vette. →



📍 Forte di Oga

La Grande Guerra in Alta Valle

L'alta concentrazione di passi e valichi alpini di importanza strategica tra l'allora Regno d'Italia e l'Impero Austro-Ungarico fece della porzione più alta della Valtellina teatro di numerosi scontri e manovre militari durante la Prima Guerra Mondiale. Oggi un numero di itinerari consente di sfogliare queste pagine della storia del nostro Paese e di ripercorrere gli spostamenti degli eserciti seguendo i resti di trincee, baracche e piazzole militari costruite durante la Grande Guerra.

Il Passo dello Stelvio fu teatro di grandi scontri; tra il **Monte Scorluzzo** e il **Filon del Mott** e sulle **Rese Alte** sono ancora presenti tracce di strutture difensive sia austriache che italiane. Sui grandi passi dell'Alta Valle come il **Passo dell'Ablès e del Gavia** e **nella Valle dei Forni** sono presenti in quota numerosi resti di trincee e rifugi occupati dagli alpini mandati al fronte.

In **Valchiavenna**, a Verceia, si trova una galleria lunga circa 200 metri – la **Galleria della Mina** – scavata per interrompere in caso di invasione da Nord i collegamenti stradali e ferroviari della Valchiavenna, attraverso lo scoppio controllato di grandi quantità di esplosivo conservate in pozzi scavati in vari punti del tunnel.

Il **Forte Venini (o Forte di Oga)**, 1750 m di quota in Valdisotto, è molto famoso e rappresenta la testimonianza più preziosa della Prima Guerra Mondiale in Valtellina. A pochi chilometri dalle trincee sui ghiacciai dello Stelvio, fu costruito tra il 1909 e il 1912 e consentiva di dominare una vastissima area dal Passo del Foscagno alle Torri di Fraele, lo Stelvio e la Valfurva. Oggi è adibito a museo della Grande Guerra, e offre un'interessante prospettiva sulla vita dei soldati in quegli anni terribili.

Portare a casa un pezzetto di storia: artigianato e prodotti tipici

Le tradizioni contadine della valle e il rapporto simbiotico che lega i valtellinesi al loro territorio si esprimono al meglio sulla tavola, in una serie di prodotti enogastronomici (vedi Capitolo 7) di indubbia qualità e gusto, alcuni dei quali conosciuti e apprezzati non solo in tutta Italia ma anche all'estero. Ma non solo! Ispirati da **tradizioni artigianali secolari che si tramandano di generazione in generazione**, le arti di un tempo non sono andate perse e oggi in Valtellina diversi giovani hanno scelto di raccogliere questa eredità e darvi continuità, unendo le conoscenze del passato con l'innovazione dei tempi moderni.

La Valmalenco e i dintorni di Chiavenna ospitano diverse cave da cui viene estratta la **pietra ollare**, una roccia molto resistente al calore e facile da lavorare che si presta per le sue caratteristiche ad essere utilizzata in cucina, per esempio per la realizzazione di piastre e pentole. Fin dai tempi antichi, la pietra ollare veniva utilizzata per realizzare i **"lavecc"**, pentole ideali per cotture lente, come brasati e stufati, e le **"piode"**, lastre tipiche della Valmalenco utilizzate per la cottura di carni alla brace e per la realizzazione di tetti. Oggi diversi artigiani perpetuano questa tradizione, realizzando anche piatti, bicchieri e altri oggetti di artigianato artistico.

Altrettanto importante è la tradizione tessile valtellinese, anch'essa di origine contadina: risale infatti ai tempi in cui, nei lunghi inverni, le donne tessevano a mano tappeti, sacchi per conservare il grano saraceno e coperte per il fieno e il bestiame con materiali poveri come tessuti di scarto e ritagli di vecchi abiti. Con il tempo questa arte si è raffinata e utilizzando materie prime naturali come lino, cotone e lana le donne iniziarono a tessere con i loro telai in legno i cosiddetti **"pezzotti"**, grandi rettangoli colorati che utilizzavano per abbellire e adornare la casa. Ancora oggi, acquistare uno di questi tappeti equivale a portare a casa con sé un pezzetto di una tradizione che non è mai andata persa.



Enogastronomia: sapori di montagna

Vivere la Valtellina significa anche lasciarsi andare alle grandi emozioni che regala... a tavola. La sua tradizione enogastronomica è di chiara ispirazione montana, e si nutre delle materie prime genuine che provengono dai suoi pascoli, alpeggi, vigneti e frutteti: prodotti semplici, simbolo delle povere origini contadine del territorio, diventati protagonisti di piatti apprezzati in tutta Italia e nel mondo grazie all'infaticabile di passaggio di generazione in generazione degli antichi saperi e mestieri. La cucina locale diventa così una chiave di conoscenza del territorio e della sua cultura, e la natura alpina diventa sulla tavola una risorsa da preservare e tutelare con coscienza per le generazioni future.

I prodotti DOP e IGP

La Valtellina è patria di eccellenze enogastronomiche riconosciute in tutto il Bel Paese. Indissolubile il binomio con il suo prodotto più amato e conosciuto, la **Bresaola della Valtellina IGP**: simbolo della Valtellina per eccellenza, questo salume povero di grassi e ricco di proteine è il frutto di un antico processo di conservazione della carne di bovino per salatura ed essiccamento. Il clima irripetibile dalla valle, con la sua aria tersa che scende dalle Alpi, crea le condizioni per una stagionatura graduale ed è il segreto che rende questo prodotto unico e inimitabile. Dal 1996 è garantita dal marchio comunitario di Indicazione Geografica Protetta (IGP), utilizzato esclusivamente da produttori certificati della Provincia di Sondrio che si attengono senza eccezioni al rigoroso disciplinare di produzione.

I terreni permeabili e condizioni climatiche ideali in termini di piovosità, esposizione ai raggi del sole ed escursione termica creano anche le condizioni perfette per la produzione delle **mele di Valtellina IGP**, un frutto che matura ad una quota compresa tra i 200m e i 900m di altitudine e racchiude tutto il sapore e le qualità tipiche di una mela di montagna. Prodotte in piccola quantità, con una grande attenzione alla

qualità e all'impatto ambientale, contano tre varietà principali: Stark Delicious, di colore rosso brillante, molto croccante e aromatica, Golden Delicious, con un gusto dolce e aromatico e la mela estiva Gala, dolce e molto succosa, che matura a Ferragosto.

Come tutti i territori montani, la Valtellina vanta anche una tradizione casearia secolare e nei suoi alpeggi nascono **prodotti unici a marchio DOP**, che l'Unione Europea riserva agli alimenti le cui caratteristiche qualitative peculiari dipendono dal territorio specifico in cui sono stati prodotti: il **Bitto**, un formaggio a latte crudo prodotto sopra ai 1500m ed esclusivamente durante la monticazione estiva degli alpeggi, la cui tecnica di lavorazione viene fatta risalire ai Celti, e il **Valtellina Casera**, un formaggio semigrasso prodotto nel fondovalle con latte vaccino parzialmente scremato e stagionato nelle tradizionali "casere" per almeno 70 giorni, nato nel 1500 dalla lavorazione condivisa del latte di più allevatori nelle latterie turnarie e sociali. L'erba di pascolo degli alpeggi sparsi nella loro area di produzione, alimento principale delle bovine da cui deriva il latte, conferisce a questi prodotti il loro sapore unico e inconfondibile.

Anche i **pizzoccheri**, il piatto tipico e più conosciuto della tradizione gastronomica valtellinese, sono protetti da un Disciplinare rigoroso depositato presso l'Accademia del Pizzocchero di Teglio e da un



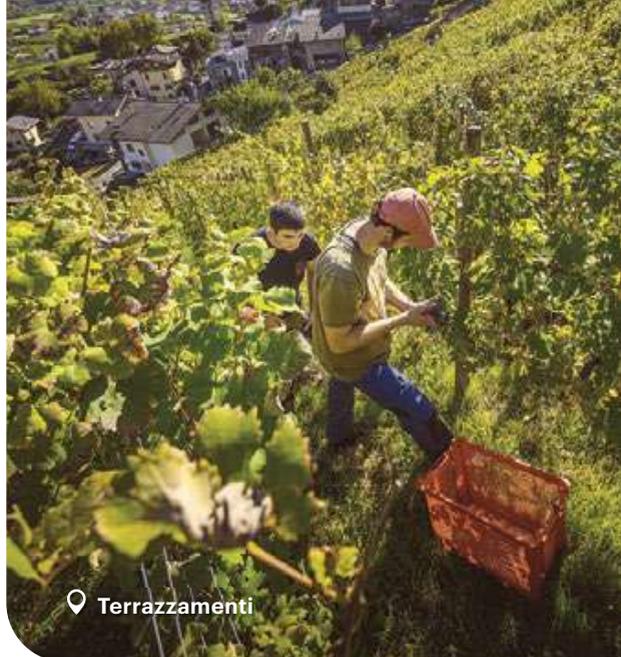
Formaggi della Valtellina

Consorzio di Tutela impegnato nella salvaguardia della tipicità e lavorazione tradizionale della pasta. Le prime tracce scritte della produzione dei pizzoccheri con la tradizionale scarellatura manuale risalgono al 1750. La pasta, di colore marrone più o meno scuro, viene lavorata fino ad ottenere delle tagliatelle che poi sono cotte con verze e patate e, infine, condite generosamente con burro d'alpe e formaggio locale. L'ingrediente principale dei pizzoccheri è il **grano saraceno**, coltivato in abbondanza sul territorio valtellino fin dall'antichità; nonostante il suo progressivo abbandono dal 1800 a favore di colture più redditizie, oggi in Valtellina esistono ancora circa 20 ettari di colture a uso familiare e per la vendita al consumatore finale.

I vini di Valtellina e i sentieri dell'enoturismo

Completano il quadro dei prodotti di origine controllata e garantita i grandi vini della Valtellina; ricavati prevalentemente da uve di Nebbiolo, si nutrono della peculiare biodiversità del territorio e spiccano per la loro grande personalità. La viticoltura è un'arte praticata sul versante retico fin dai tempi degli antichi romani. Con 2.500km di terrazzamenti e una superficie complessiva di 850 ettari di vigneti, la **Valtellina è il territorio viticolo terrazzato più esteso in Italia e un esempio mirabile di architettura contadina: una ricchezza culturale e paesaggistica iscritta dal 2018 nella lista del Patrimonio Immateriale dell'Umanità.**

Fra i DOCG da non perdere ci sono lo **Sforzato (o Sfursat)**, un passito rosso secco che, seguendo una antica tradizione, viene prodotto dalla scelta dei migliori grappoli lasciati ad appassire durante il periodo invernale su speciali "fruttai" in luoghi asciutti e ben areati, e il **Valtellina Superiore**, prodotto con le uve dell'area compresa tra Berbenno di Valtellina e Tirano e suddiviso in cinque sotto denominazioni: Maroggia, Sassella, Grumello, Inferno e Valgella. Altrettanto interessanti sono il **Rosso di Valtellina DOC**, un vino di pronta beva, e l'**Alpi Retiche IGP** che include vini rossi, rosati, bianchi, frizzanti, passiti, novelli e da vendemmia tardiva.



📍 Terrazzamenti

I vigneti "eroici" della Valtellina sono concentrati principalmente nella Media Valle, con Sondrio non a caso riconosciuta come "Città del Vino". Oltre al grande valore enologico, hanno una forte valenza paesaggistica e sono numerosi i percorsi escursionistici e i sentieri che attraversano i terrazzamenti vitati facendo tappa tra antichi borghi millenari, cantine storiche e vigneti baciati dal sole e dalla brezza alpina che maturano le loro uve. Percorribile in bicicletta, la **Strada del Vino** si sviluppa per 67km tra Ardenno e Tirano tra palazzi storici e santuari, agriturismi circondati dai vigneti, ristoranti e botteghe storiche dove assaggiare e acquistare le prelibatezze locali e naturalmente cantine che organizzano degustazioni e percorsi didattici. La **Via dei Terrazzamenti** è un percorso pedonale lungo 70km che collega Morbegno e Tirano, e propone ben 40 punti di sosta per immergersi letteralmente nella storia dei terrazzamenti vitati e dei loro vini leggendari. Gli appassionati delle due ruote e del buon vino non possono perdere i **Wine Bike Tour**, diversi itinerari ad anello completamente immersi nei vigneti con partenza e arrivo a Sondrio con lunghezze e difficoltà diverse: si va da quelli più brevi e pianeggianti perfetti per le famiglie a quelli più impegnativi che attraversano antichi borghi e siti di interesse culturale, fino a quelli riservati ai cicloturisti più esperti e pronti a sfidare le leggendarie salite della Valtellina. →

Gli altri prodotti tipici di Valtellina

L'offerta enogastronomica della Valtellina non si esaurisce con i prodotti a marchio DOP e IGP, ma si arricchisce di una grande varietà di prodotti che compaiono spesso sulle tavole delle famiglie valtellinesi e nei ristoranti e alberghi del territorio. È un esempio il **pane di segale**, cereale che si presume fosse noto in Valtellina già nel periodo compreso tra l'Età del Rame e l'Età del Bronzo. Oggi la tradizione si rinnova grazie al progetto Segale 100% Valtellina, con il quale numerosi panifici della provincia di Sondrio producono pane con farina di segale di provenienza esclusivamente locale e trattata senza l'uso di fitofarmaci: un prodotto genuino e autentico a km0.

L'incontro tra l'acqua pura delle sorgenti di alta quota e i cereali coltivati in loco dà origine anche a una serie di **birre artigianali** dal gusto armonico e inconfondibile, prodotte con materie prime locali da birrifici artigiani, microbirrifici e aziende agricole sparsi per tutto il territorio, da Dubino ad Aprica passando per Livigno, dove viene prodotta la birra più alta d'Europa dal 2001.

La ricchezza e biodiversità dei prati della Valtellina consente alle api di produrre **mieli** dalle mille gradazioni di sapore e dai mille profumi, valorizzati dalle piccole realtà aziendali del territorio che si dedicano all'apicoltura da generazioni. Ognuno diverso dall'altro, hanno ottenuto il prestigioso Marchio Collettivo Geografico (MCG): i Millefiori di montagna e monoflorali di acacia, tiglio e castagno prodotti nella Bassa Valle e, sopra i 1.000m, i Millefiori di alta montagna e il pregiatissimo monoflorale di rododendro.

Le bacche e le erbe spontanee sono un complemento indispensabile di molti piatti della tradizione gastronomica valtellinese. La **pesteda**, per esempio, è un insaporitore a base di aglio, sale, pepe, foglie di achillea nana e timo serpillio raccolto in Valgrosina, la valle in cui è nata. Preparata seguendo una ricetta tuttora segreta e custodita gelosamente dalle nonne di Grosio, che la tramandano solamente all'interno del nucleo familiare, viene aggiunta ai piatti classici della



tradizione come stufati e zuppe per dare un twist di gusto e sapore. Ogni famiglia dà il suo tocco originale alla preparazione, aggiungendo ingredienti che la rendono ancora più unica come vino, brandy, grappa o bacche di ginepro.

Oltre che per i famosi Bitto e Valtellina Casera DOP, il latte di Valtellina, che ha ottenuto il Marchio Collettivo Geografico che ne certifica la provenienza, viene utilizzato per la produzione di burro, yogurt e altri formaggi altrettanto buoni come lo **Scimudin** che, oltre ad avere anch'esso il Marchio Collettivo Geografico, nel 2014 ha ricevuto il marchio Bandiera del Gusto da Coldiretti. È un formaggio tipico della zona di Bormio a pasta molle e di breve stagionatura, con un inconfondibile sapore di latte che lo rende dolce e delicato nel gusto.

Oltre alla celebre bresaola, la Valtellina è nota per la produzione di gustosi affettati come il **fiocco della Valtellina**, un prosciutto crudo, **salami nostrani** e di cervo, cinghiale, asino e cavallo, e altri prodotti tipici



Pizzoccheri



come la **slinzega**, simile alla bresaola ma con pezzatura più piccola e frutto di un peculiare procedimento di rifilatura, salatura a secco, massaggio e stagionatura per circa un mese, la **brisaola** della Valchiavenna, che differisce dalla bresaola per lavorazioni legate alla tradizione locale, spesso con affumicatura e con stagionature che avvenivano, un tempo, nei crotti, e il **violino di capra**, tipico della Valchiavenna e in particolare della Valle Spluga, ricavato dalla spalla o dalla coscia di capre allevate in loco allo stato semibrado. Il nome di questo salume deriva dalla tecnica con cui viene affettato, che ricorda le movenze di un suonatore di violino. Dulcis in fundo la bisciola, il dolce tipico valtellinese a base di novi, uvetta e fichi secchi che nel 2013 ha ottenuto il Marchio Collettivo Geografico. Torta Fioretto e biscotti di Prosto sono invece altre proposte dolci tipiche della provincia di Sondrio.

Le stagioni del gusto e le migliori esperienze enogastronomiche

Sono numerosi in Valtellina gli indirizzi dove toccare

nuove vette del gusto, assaporare la tradizione e acquistare prodotti per rivivere le grandi emozioni enogastronomiche del territorio anche una volta che si è fatto ritorno a casa. Assecondando il ritmo delle stagioni, la provincia di Sondrio riserva emozioni ed esperienze sempre nuove e in piena sintonia con la natura, per cogliere anche a tavola il meglio che la valle può offrire.

In **primavera**, quando la natura si risveglia e la neve lascia il passo alla vegetazione, la **Media Valtellina** letteralmente sboccia insieme ai suoi **meleti in fiore**. Grazie al clima fresco e mite e le giornate che diventano man mano più lunghe, è la stagione ideale per concedersi lunghe passeggiate e tour in bicicletta sui numerosi sentieri tracciati del fondovalle, facendo tappa in uno degli agriturismi della zona dove rifocillarsi gustando i piatti tipici e le prelibatezze locali.

Anche l'**estate** regala una meno nota ma altrettanto sorprendente **fioritura verso settembre**: quella del **grano saraceno**, con i suoi caratteristici fiorellini

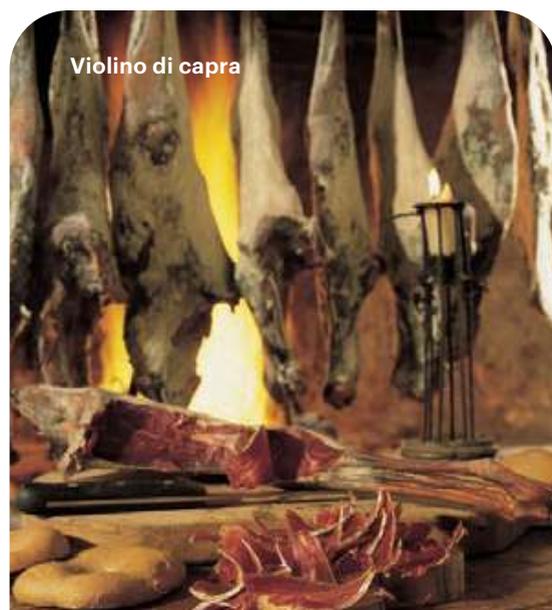
che virano dal bianco al rosso. È il periodo ideale per visitare **Teglio**, patria del **pizzocchero** e sede della famosa Accademia che custodisce la ricetta originale. Una passeggiata nei campi in fiore abbinata ad una visita al mulino Menaglio consente di conoscere da vicino i segreti del piatto più popolare della tradizione valtellinese e il suo ingrediente principale, protagonista di altri piatti tipici come gli **sciatt**, golose frittelle tondeggianti di grano saraceno che nascondono un cuore filante di formaggio Casera, e i **chisciöi**, una loro variante tipica del tiranese che si distingue per la forma piatta.

Il periodo che va da giugno a settembre è anche la stagione ideale per visitare gli **alpeggi in quota**, abitati dai pastori con le loro mandrie di mucche o greggi di capre. Qui, in ambienti incontaminati e di grande bellezza paesaggistica, nascono i tipici formaggi valtellinesi e altri prodotti caseari genuini, come il gustoso burro di malga. Raggiungibili in auto o a piedi percorrendo comode strade o mulattiere, sono la meta perfetta per una gita in famiglia. La **Via del Latte in Valmalenco** tocca alcuni dei principali alpeggi malenchi che accolgono visitatori esterni, introducendoli a questa attività tipica della cultura montana e offrendo l'opportunità di degustare i suoi prodotti. Anche alla **Latteria di Livigno** è possibile assistere alle fasi di lavorazione del latte e degustare i prodotti a km0 del territorio.

La **vendemmia** è senza dubbio l'evento principe dell'**autunno**, la stagione che maggiormente vede la Valtellina protagonista di eventi di taglio enogastronomico. Tutte le cantine distribuite lungo la Strada del Vino, la Via dei Terrazzamenti e i numerosi trail che attraversano i vigneti aprono le loro porte organizzando degustazioni, wine lab e open day per presentare i frutti del raccolto, ma non solo: tra settembre e novembre si svolgono tantissimi eventi che mettono sotto ai riflettori la buona cucina locale e i prodotti del territorio come il **Pizzocchero d'Oro** di Teglio (settembre), il **Di della brisaola** a Chiavenna (ottobre) e la **Mostra del Bitto a Morbegno** (ottobre). In questa stagione si accoglie anche la transumanza,

ovvero il rientro degli animali da pascolo dagli alpeggi estivi, protagonista di suggestive commemorazioni come la **Festa dell'Alpeggio in Valmalenco** (settembre) e l'**Alpen Fest** di Livigno e Trepalle (settembre), **Valdidentro Mountain Feast** (settembre), e in tutta la valle si susseguono weekend gastronomici dedicati alla valorizzazione della cucina locale: gli itinerari enogastronomici di Morbegno in Cantina e **Gustosando in Valtellina** (settembre-ottobre), gli eventi che ogni fine settimana propongono diversi itinerari che attraversano borghi storici della Bassa Valle come Traona, Mello e Gerola, e i **Weekend del gusto di Teglio** (settembre e ottobre), un ciclo di appuntamenti dedicati ai prodotti e ai sapori tipici autunnali attraverso menu ad hoc proposti dagli chef dei ristoranti tellini che aderiscono all'iniziativa.

Infine, **settembre** è il mese nel quale conoscere da vicino i tradizionali **Crotti della Valchiavenna**: piccole costruzioni rustiche con saletta e camino che i chiavennaschi edificarono attorno ai "sorei", gli spiragli tra i massi staccatisi a seguito di una grande frana in epoca post-glaciale e rotolati fino al fondo valle sui quali oggi sorge la città. Con una corrente d'aria a temperatura costante, sia d'estate che d'inverno, intorno agli 8°C, queste cavità sono ottime per la conservazione e la maturazione del vino e di altri prodotti gastronomici tipici come salumi, formaggi e la Brisaola. Da circa un secolo, alcuni hanno aperto al pubblico come osteria-ristorante dove vengono servite le specialità locali come





i gnocchetti della Valchiavenna e, dal 1956, la **Sagra dei Crotti** è una grande festa che coinvolge i crotti pubblici e privati che si ripete ogni anno per due settimane per fare conoscere e tramandare la loro tradizione.

L'atmosfera accogliente e familiare dei **rifugi della Valtellina** è un must in tutte le stagioni per chi vuole scoprire i sapori della tradizione: ubicati a una quota compresa tra gli 800m e i 3.000m sono i custodi silenziosi dell'inestimabile patrimonio naturalistico montano e dell'ospitalità schietta e cordiale della valle. In **inverno**, i rifugi collocati sulle piste sono una tappa irrinunciabile per gli sciatori che si concedono una pausa dallo sport assaporando i piatti più gustosi della cucina tipica valtellinese. Altri aprono solo con la bella stagione, quando le vie per raggiungerli – ascese impegnative verso le grandi vette o sentieri facili e praticabili da tutta la famiglia – tornano ad essere accessibili.

A fine pasto, è irrinunciabile l'appuntamento con gli amari e i liquori dalle proprietà digestive che vengono prodotti in valle: dalla **taneda** a base di erba achillea moscata, una pianta che cresce sopra i 2.000 metri fino al limite dei ghiacciai, al **Braulio**, il famoso amaro alpino nato a Bormio nel 1875 con un equilibrio di sapori e un bouquet aromatico unici. La sua ricetta contiene diverse erbe raccolte in zona tra cui l'achillea moscata, l'assenzio, la genziana e il ginepro, e gli con altri ingredienti segreti che solo il proprietario conosce. Le sue cantine storiche, situate proprio sotto le vie del centro storico, ospitano i reparti di infusione, filtrazione e deposito dell'alcool e le cantine di invecchiamento in enormi botti in rovere di Slavonia. →



Tradizione gastronomica stellata e sostenibile

Il tour in Valtellina non si ferma solamente alle bellezze naturali e storiche che costellano il territorio ma continua anche in tavola grazie alla presenza di numerosi **ristoranti e agriturismi** che propongono agli ospiti un viaggio gustoso. I padroni indiscussi delle tavole valtellinesi sono i piatti tipici: molti vengono proposti come da tradizione ma sono sempre di più chef e ristoratori che sperimentano e rivisitano le ricette, offrendo agli ospiti un'autentica esperienza di grande qualità.

Con tre ristoranti 1 stella Michelin, tutti premiati anche con una Stella Verde, Sondrio è l'**unica provincia italiana con il 100% dei ristoranti stellati riconosciuti formalmente anche per il loro impegno in materia di sostenibilità, spreco alimentare ed etica del lavoro**. Tutti e tre i ristoranti sono custodi e interpreti della tradizione gastronomica locale, che rispettano ed esaltano sapientemente in ogni piatto.

La prima Stella Verde della Valtellina è arrivata nel 2020 in Valchiavenna, e precisamente a **Villa di Chiavenna**, dove da oltre 40 anni la famiglia Tonola gestisce il

ristorante **Lanterna Verde**, una Stella Michelin dal 1997. Lo **chef Roberto Tonola** rappresenta la terza generazione che cresce nel solco dei valori tracciati dai genitori: il rispetto della montagna e della propria terra, la predilezione per i suoi prodotti come i funghi, le erbe spontanee e le verdure dell'orto di proprietà, l'allevamento di trote, il rapporto simbiotico con i piccoli produttori della valle. Nel corso degli anni, il ristorante si è evoluto anche dal punto di vista strutturale per ridurre progressivamente il proprio impatto sull'ambiente, concentrando gli sforzi soprattutto sul piano energetico. Oltre alla centralina idroelettrica che sfrutta l'acqua dell'allevamento ittico e rende il ristorante autosufficiente dal punto di vista energetico, tra gli interventi strutturali orientati all'ottimizzazione delle emissioni spicca la conversione di tutta la cucina all'elettrico e l'investimento in una centrale termica a pellet per il riscaldamento e l'acqua calda.

Nel 2021 è arrivata la Stella Verde anche per **La Présef**, il ristorante dell'agriturismo La Fiorida a Mantello, nella Bassa Valle, una Stella Michelin dal 2013. Tappa quasi obbligatoria per chi entra da Sud in provincia di

Sondrio, questa accogliente stua valtellinese in legno di pino cembro è il palcoscenico dove si esprime lo **chef Gianni Tarabini**, interprete di una cucina fortemente innovativa che combina gusto, tecnica e sperimentazione visiva e sensoriale. Le sue creazioni prendono anima e sostanza dal legame indissolubile con la fattoria - nel dialetto locale, preséf significa proprio mangiatoia. Dalla carne allevata con attenzione al benessere del bestiame ai formaggi prodotti nel caseificio seguendo i disciplinari della tradizione valtellinese, gli ingredienti utilizzati nei due percorsi degustazione sono rigorosamente a chilometro zero come le verdure dell'orto, la cacciagione e i pesci di lago. La gestione della stalla è sostenibile sotto ogni punto di vista: le vacche sono allevate a stabulazione libera e sul tetto è attivo un impianto che copre fino al 36% del fabbisogno di energia elettrica.



Roberto Tonola

Ultimo in ordine cronologico ad avere ricevuto la Stella Verde nella Guida Michelin 2022 è il **Cantinone e Sport Hotel Alpina di Madesimo**, guidato dallo **chef-patron Stefano Masanti** che ha ereditato dal nonno l'attività di famiglia e la passione per l'accoglienza. La sua cucina trova le sue origini nella tradizione e negli ingredienti tipici della Valtellina, con uno sguardo globale e una forte spinta verso la sperimentazione premiati già nel 2008 con la prima Stella Michelin. La Stella Verde corona un percorso di crescita sempre più guidata da principi etici e di sostenibilità, orientato all'uso di materie prime locali, alla stagionalità e alla riduzione dei consumi e degli sprechi anche grazie ad importanti interventi come l'installazione di pannelli solari termici ed elettrici per la produzione di energia, led a basso consumo che garantiscono l'illuminazione in tutto il locale e il collegamento alla rete di riciclo della Comunità Montana della Valchiavenna delle acque.



Stefano Masanti



Gianni Tarabini

La Valtellina a misura di bambino

Le numerose alternative pensate per gli ospiti più piccoli rendono la Valtellina una **destinazione perfetta per le famiglie**. Da ovest a est, tutto il territorio vanta esperienze che sono in grado di conquistare il cuore dei turisti di tutte le età e permettono di trascorrere giornate a contatto con la natura. Fattorie didattiche, itinerari bike, parchi divertimento ma anche musei, baby park e molto altro: in Valtellina c'è tutto l'occorrente per **una vacanza a misura di famiglia**.



Cima Piazzi

Avventure tra castelli, parchi e miniere

Lungo tutto il territorio sono presenti attrazioni che permettono a grandi e piccini di scoprire la storia della Valtellina in maniera divertente e curiosa. Il viaggio indietro nel tempo inizia dal **Parco delle Incisioni Rupestri di Grosio Grosotto**, situato tra Bormio e Tirano. Le famiglie si potranno divertire a scovare le oltre 5.000 figure incise sulle rocce presenti all'interno del parco. Di grande impatto è la **Rupe Magna**, una delle più grandi rocce incise dell'arco alpino con raffigurazioni tra le più svariate che risalgono al Neolitico e l'età del Ferro. Per bambini e ragazzi sarà un vero e proprio tuffo nel passato, dove si parte dalle pagine di storia studiate sui libri e si viaggia indietro nel tempo. Il Parco mette a disposizione dei più piccoli e delle scolaresche interessate a questo sito tutta una serie di **attività didattiche** che invitano

gli ospiti ad avvicinarsi al mondo dell'archeologia attraverso dei percorsi dinamici e attività pratiche.

Si prosegue poi al **Castel Masegra**, situato a **Sondrio**. Il Castello, di fondazione medievale, si raggiunge con una piacevole camminata che inizia dal centro città e attraversa Scarpatetti, l'antico quartiere contadino della città. Una volta giunti a destinazione, le famiglie potranno ammirare la bellezza del castello, che rappresenta una delle poche costruzioni in Valtellina a essere sopravvissute agli smantellamenti dei Grigioni. Oggi il Castello ospita al suo interno il **CAST**, ovvero il **CASTello delle STorie di montagna**. Si tratta di un **museo narrante** con proiezioni e dispositivi elettronici che raccontano la cultura montana e le storie legate

all'arrampicata, all'alpinismo e all'ambiente montano.

Spostandosi in **Valmalenco**, si trova la **Miniera della Bagnada**, situata nel comune di Lanzada. Le visite guidate accompagnano le famiglie munite di caschetto all'interno della miniera dove, fino alla fine degli anni '80, si estraeva talco. Oggi la miniera è un museo e i turisti possono entrare all'interno della miniera e visitare 4 dei 9 livelli presenti, ammirare oggetti e utensili utilizzati dai minatori e assistere a concerti organizzati proprio all'interno della miniera. Le visite possono proseguire all'interno del museo minerario, dove sono esposti oggetti del lavoro quotidiano, e il museo mineralogici che custodisce i principali minerali della Valmalenco.

Il viaggio alla scoperta della storia della Valtellina continua nei numerosi musei presenti sul territorio, dai musei di storia naturale, a quelli dedicati allo sci passando per i musei etnografici. Ogni installazione organizza eventi e attività rivolte ai più piccoli e che contribuiscono a rendere la permanenza in Valtellina sempre più interessante e coinvolgente.

Attività sportive per tutti i gusti

Che sia d'estate o che sia d'inverno, la Valtellina è una palestra a cielo aperto con infinite possibilità. Con l'avvicinarsi della bella stagione non c'è nulla di più rigenerante che trascorrere delle giornate lontano dal caos della città, all'interno di meravigliosi parchi e riserve naturali dove fare semplici trekking che diventano un vero e proprio toccasana per mente e corpo. D'inverno, invece, le numerose aree attrezzate e i campi scuola permettono ai più piccoli di muovere i primi passi sulla neve.

Tra le mete predilette per trascorrere una giornata all'aperto in famiglia vi sono la **Riserva Naturale della Val di Mello**, una distesa pianeggiante adatta a brevi e facili passeggiate, e, nel comprensorio di Aprica, la **Riserva Naturale del Pian di Gembro**, una torbiera di origine glaciale a pochi km dal centro del paese, facilmente raggiungibile in auto ed è visitabile in qualsiasi momento dell'anno. Non lontano da Tirano,

anche la meno nota Trivigno regala un'immersione totale nella natura tra boschi di abeti, pini, larici e ampie distese perfette per un picnic dai sapori montani.

Salendo di quota, la **Valmalenco** offre due mete altrettanto imperdibili e facili da raggiungere: il **Parco delle Marmotte** di Chiareggio si trova proprio all'inizio dell'omonimo abitato, raggiungibile in auto, mentre una breve salita all'alpe con la funivia consente di raggiungere l'imbocco del sentiero, breve e semplice, che costeggia il **Lago Palù**.

A pochi chilometri da **Bormio** c'è l'abitato di Oga, che ospita la **Riserva Naturale del Paluaccio**. In un ambiente di torbiera generatosi circa 13.000 anni, è possibile osservare nel loro habitat naturale insetti tipici dei luoghi umidi e piante inusuali come piante carnivore. D'estate gli esperti naturalistici della riserva organizzano laboratori estivi per i più piccoli. →



A **Livigno** si trova il **Sentiero d'Arte**, un percorso molto semplice e indicato per le famiglie proprio perché non prevede sforzo fisico ed è di breve durata. L'itinerario si sviluppa all'interno di un bosco di larici ed è una vera e propria galleria d'arte a cielo aperto perché è completamente costellato da sculture in legno realizzate da artisti provenienti da tutto il mondo e riuniti a Livigno per il simposio d'arte Wood'nArt.

Spostandosi in **Valchiavenna**, si trovano le **Cascate dell'Acquafraggia**, un complesso naturale così imponente che lascerà senza parole ogni visitatore. Per far conoscere da vicino, anche ai piccoli visitatori, l'ambiente circostante è stato creato un percorso attrezzato che attraversa tutto il parco, con terrazze panoramiche lungo il sentiero da dove è possibile ammirare l'intera vallata. La zona riservata ai pic-nic permette alle famiglie di trascorrere in compagnia momenti di relax e divertimento.

La Valtellina è rinomata anche per il suo forte e indissolubile legame con le **due ruote**. Alcuni sentieri pensati proprio per le famiglie permettono a grandi

e piccoli di ammirare la valle a ritmo slow e scoprire borghi e angoli nascosti tra una pedalata e l'altra. Il **Sentiero Valtellina** e la **Ciclabile Valchiavenna** sono due percorsi indicati per le famiglie. Il primo costeggia il fiume Adda e collega Colico con Bormio, per un totale di 114km divisibili in tappe. Da Colico parte anche la Ciclabile Valchiavenna, un itinerario di oltre 40km che arriva fino alla Val Bregaglia, in Svizzera. In entrambi gli itinerari è attivo il servizio "**Rent a Bike**", punti di servizio dislocati lungo il percorso che mettono a disposizione classiche biciclette, city bike, e-bike e molto altro e che offrono la possibilità di ritirare la bici in un punto, percorrere il tratto desiderato e riconsegnare la bici in un altro punto Rent a Bike.

Il **Sentiero Viola** in **Valdidentro** è un itinerario breve, di circa 6km che collega Bormio a Semogo e il Parco Nazionale dello Stelvio. Il suo fondo asfaltato lo rende un'ottima alternativa per tutte quelle famiglie alla ricerca di itinerari in alta quota.

In tutti i comprensori della Valtellina sono presenti **piste ciclopeditali** che diventano l'alternativa perfetta per andare alla scoperta di paesaggi unici tra una pedalata e l'altra. →





I momenti di adrenalina e divertimento con la propria famiglia non mancano di certo in Valtellina e sono l'alternativa perfetta alle giornate trascorse in mezzo alla natura. Grazie al **FlyEmotion**, le famiglie potranno vivere l'emozione di volare tra una valle e l'altra. Si tratta, infatti, di una zip-line che congiunge Albaredo per San Marco con Bema, nel comprensorio di Morbegno, e, dopo essere stati imbragati e assicurati al carrello, voleranno letteralmente sopra la valle. Sempre non lontano da **Morbegno** si trova il **Ponte nel Cielo** che, con i suoi 234 metri di lunghezza e gli oltre 140 metri di altezza, rappresenta uno dei **ponti tibetani più alti d'Europa**.

Ponti tibetani e passerelle si ritrovano anche nel comprensorio di **Aprica** e, per la precisione, al **Baradello Wild Park**, un parco avventura di oltre 15mila mq che al suo interno ospita 4 percorsi con carrucole, ponti tibetani, reti e piattaforme.

Salendo di quota si raggiunge il comprensorio di **Bormio** dove qui si trova il **Family Bob**, l'**unico bob su rotaia presente in Lombardia**. Il bob, usufruibile sia d'estate sia d'inverno, ha una lunghezza di 600 metri in discesa e 300 metri di risalita automatizzato e grazie alla presenza di curve paraboliche il divertimento è assicurato per tutti turisti dai 4 anni in su.

Ad **Arnoga**, non lontano da Bormio, si trova l'**Husky Village**, dove grandi e piccini possono trasformarsi per un giorno in un musher dell'Alaska. Il centro è aperto sia d'inverno sia d'estate: se d'inverno si può vivere la classica esperienza di sleddog, d'estate si può scegliere tra due escursioni, ovvero l'husky trekking, dove il conduttore è dotato di una speciale imbragatura da roccia collegata a un husky che facilita il trekking, oppure i karts, che consistono nella versione estiva dello sleddog. Sempre nel comprensorio di **Bormio**, nella **Val Rezzalo**, si trova un'emozionante **pista da slittino**. Per 2 km e mezzo grandi e piccini, durante la stagione invernale, potranno immergersi in un panorama da fiaba e tornare bambini per un giorno.

Nella valle di Livigno si trova **Avventurando**, un percorso dove le famiglie potranno divertirsi tra ponti tibetani, canyon e vie ferrate da scoprire con l'aiuto di

guide alpine. Per i più piccoli, invece, c'è il **Moki Park**, ovvero un parco giochi che stimola le capacità motorie. Ad aggiungere un altro pizzico di adrenalina c'è il **Larix Park**, un parco avventura per i bambini dai 3 anni in su situato a pochi passi dal centro di Livigno. All'interno del parco sono presenti con funi, carrucole e liane per volare in sicurezza da un albero all'altro.

Per chi preferisce l'inverno all'estate, troverà un ampio ventaglio di attività volte alla scoperta della Valtellina durante questa stagione così magica. Le numerose **scuole sci** sparse in tutti i comprensori offrono ai più piccoli la possibilità di muovere i primi passi sulla neve imparando a sciare o a fare snowboard. **Aprica** è il luogo perfetto per imparare a muovere i primi passi sulla neve grazie alle piste da sci che arrivano direttamente in paese e alla zona **Campetti**, il paradiso per i bambini che si avvicinano allo sci per la prima volta; qui troveranno tutto il necessario per delle giornate emozionanti sulla neve tra tapis roulant, skilift, una seggiovia e spazi gioco. Il **Trudi Park di Bormio** è un parco giochi sulla neve



dove le famiglie possono divertirsi tra gommoni, slittini e gonfiabili in compagnia delle simpatiche mascotte del Parco dello Stelvio.

Livigno ospita diversi funpark pensati per gli ospiti più piccoli che vogliono svagarsi con o senza sci. Al comprensorio sciistico Mottolino c'è la **Yepi Area** mentre accanto alla Scuola di Sci Centrale è presente anche il **Kinder Park Lupigno**, pensato per il divertimento sulla neve: percorsi avventura, tapis roulant, gonfiabili e gommoni saranno a disposizione dei bambini che vogliono muovere i primi passi sulla neve e apprendere le nozioni base dello sci. Il **Kinder Club Lupigno** è un'area gioco completamente dedicata ai bambini, per sperimentare, stimolare la creatività e trovare nuovi amici. Ogni settimana un programma pensato appositamente per arricchire le giornate dei più piccoli che potranno trascorrere del tempo in sicurezza grazie alla presenza di animatori esperti e della mascotte Lupigno.

Madesimo ospita il **Baby park Larici**, un parco situato nei pressi dell'omonimo rifugio e diviso in due zone: un'area per i bambini muniti di sci e un'area per chi desidera provare slittino, bob e gommoni. Lo Spluga Park Adventure, invece, è situato a Campodolcino e rappresenta l'ultima novità della zona. Il 15 maggio aprirà ufficialmente le sue porte.

Chi non ama particolarmente gli sci può divertirsi insieme alla propria famiglia nelle piste di pattinaggio presenti sul territorio. **Madesimo, Livigno e Bormio ospitano il palaghiaccio**, perfetto per grandi e piccoli alla ricerca di attività alternative allo sci.

Una giornata alle **terme** è il *dulcis in fundo* che tutti si meritano e, quando si parla di benessere, non si può non pensare a Bormio, rinomata per i suoi tre centri termali, QC Terme Bagni Vecchi, QC Terme Bagni Nuovi e **Bormio Terme**. Quest'ultimo, a differenza dei complessi di QC Terme, si trova in paese ed è aperto agli ospiti di tutte le età. Le famiglie qui potranno trovare piscine termali indoor e outdoor, un acquascivolo di 60 metri e tre vasche a profondità ridotta e dotate di giochi per i bambini come per esempio i pupazzi spruzza-acqua, getti d'acqua e cascate termali.

A **Livigno** si trova **Aquagranda**, un centro perfetto per coniugare il divertimento dei più piccoli al relax dei genitori: l'area Slide&Fun permette ai bambini dai 0 ai 14 anni di divertirsi tra piscine, scivoli e giochi d'acqua, mentre quella Wellness&Relax è il luogo dove gli adulti potranno godersi del sano relax mentre i propri bambini si divertono sotto la supervisione dello staff. Inoltre, il centro fitness e benessere di Livigno ha messo a disposizione anche la Family Sauna e la Family Hammam, una sauna e un bagno turco per permettere a tutta la famiglia in contemporanea di giovare dei benefici unici di questi trattamenti e di trascorrere un momento di relax rigenerante tutti insieme. →



📍 Cima Piazzì



A tu per tu con la fauna

Trascorrere dei momenti spensierati in Valtellina con la propria famiglia significa anche andare a conoscere in prima persona la fauna del territorio e toccare con mano questo mondo meraviglioso. In tutto il territorio sono presenti fattorie didattiche e malghe che organizzano escursioni con animali e visite che stimoleranno la curiosità dei bambini e il rispetto verso gli animali.

L'**osservatorio Eco-faunistico Alpino di Aprica** è un'area di 25 ettari che ospita al suo interno un itinerario didattico-naturalistico che permette agli ospiti più piccoli di ammirare e conoscere da vicino alcune specie animali e vegetali, tra cui camosci, stambecchi, caprioli e due esemplari di orso bruno.

Sempre ad Aprica si trova la **Galleria delle Emozioni nella Natura**. Si tratta di un centro visitatori dove al suo interno sono presenti diorami, in gran parte viventi, che rappresentano luoghi e momento suggestivi. Oltre ai vari paesaggi che si possono ammirare, l'attenzione dei più piccoli verrà catturata dalla presenza di piccoli animali e insetti, come l'insetto foglia, il tritone, la salamandra solo per citarne alcuni.

Chi lo avrebbe mai detto che in Valtellina si possono trovare degli alpaca? Ebbene sì, in alcuni comprensori si possono trovare questi meravigliosi animali a disposizione per brevi tour e passeggiate.

Da Sondrio a Livigno passando per Bormio e la Valmalenco sono diverse le strutture che organizzano quest'attività.

Fattorie didattiche e visite alle malghe, invece, permettono alle famiglie di toccare con mano la vera essenza della montagna. In tutto il territorio, da ovest a est, sono presenti fattorie e malghe che aprono le loro porte a tutti quei turisti che desiderano vivere esperienze insieme ad allevatori e produttori: i bambini potranno trascorrere una giornata in quota scoprendo cosa fa un contadino e conoscere da vicino gli animali prendendosene cura, il tutto nel pieno rispetto dell'ambiente circostante.



Contatti per i media:
PR & GO UP Communication Partners
media@prgoup.it

Per maggiori info:
Valtellina Turismo
info@valtellina.it

Anno 2023





Valtellina
Taste of emotion



follow us
@valtellinaofficial

