

Bintmusic.it

Vacanze in Lombardia: montagna e valli



Le migliori località per delle vacanze in Lombardia tra montagne e valli. Dalla Valtellina, al lago di Como, dalle valli bergamasche alla Val Camonica, una guida per scoprire escursioni, arrampicate, mountain bike e itinerari culturali e di gastronomia locale

Le migliori località per delle vacanze in Lombardia tra montagne e valli. Dalla Valtellina, al lago di Como, dalle valli bergamasche alla Val Camonica, una guida per scoprire escursioni, arrampicate, mountain bike e itinerari culturali e di gastronomia locale

La regione **Lombardia è famosa** per la sua vita urbana e il suo fascino cosmopolita ma offre anche una grande varietà di destinazioni per vacanze in montagna e nelle valli. Se sei un appassionato di trekking, alpinismo o semplicemente vuoi goderti la bellezza naturale delle montagne, ai piedi delle montagne lombarde ci sono località famose in tutto il mondo per [sciare](#) in inverno e per fare escursioni e passeggiate in ogni stagione.

Le **vacanze in Lombardia** offrono numerose opportunità per gli amanti della montagna e della natura. Dalla Valtellina alle montagne del lago di Como e della Val Camonica, ci sono destinazioni per fare [trekking](#) di ogni livello e per turisti alla ricerca di una vacanza rilassante. Oltre al fascino della natura e praticare tante attività all'aria aperta, la ricchezza della cultura locale si adatta ad ogni esigenza di turismo.

Vacanze in Lombardia

L'attrattiva turistica della **montagna in Lombardia** è rivolta agli amanti della natura e dello sport tra trekking estivo e sci invernale, ma non mancano specialità gastronomiche ed altre offerte di itinerari dedicati ad chi cerca relax e benessere. Tra località rinomate e semplici borghi non è difficile trovare offerte di pacchetti all inclusive per famiglie anche a prezzi abbordabili.

In inverno ci sono [località sciistiche](#) molto frequentate anche a un'ora da Milano o poco più nelle valli di [Bergamo](#). Bastano due ore di macchina per raggiungere impianti e piste che superano i 3000 mila metri di quota. Dai Piani di Bobbio fino a Bormio passando da Livigno, la regione dispone di 27 stazioni sciistiche con 310 impianti e 900 km di piste fruibili anche con un unico skipass.

L'offerta delle **vacanze in Lombardia** è molto ampia in ogni stagione. Nelle principali valli si possono trovare borghi a un passo da una natura incontaminata, ma anche centri termali per rilassarsi e dedicarsi al benessere come alle [Terme di Bormio](#) o di [San Pellegrino](#). Sono luoghi speciali per ritrovare pace, silenzio ed immergersi in una atmosfera tranquilla e unica.

Valli e montagne lombarde

La [Valtellina](#) è una valle alpina situata nella provincia di Sondrio, nel nord della Lombardia. La valle è circondata da montagne spettacolari, tra cui le Alpi Retiche e Orobie. E' una destinazione popolare per gli amanti della montagna, con molte attività all'aperto tra cui escursioni, arrampicate e mountain bike. E' anche famosa per i suoi vini, come il celebre Valtellina Superiore. Dispone di strutture per fare vacanze in montagna tra escursioni e rifugi. Si possono conoscere la storia e le tradizioni della zona, assaporare i prodotti tipici e seguire sagre e manifestazioni

Il [lago di Como](#) è famoso per la sua bellezza naturale e la sua atmosfera rilassante. Le montagne che circondano il lago offrono anche opportunità uniche per gli amanti della montagna e offrono numerose attività all'aperto come escursioni, arrampicate e mountain bike. Nei molti rifugi e ristoranti si possono assaggiare piatti locali godendo di viste panoramiche.

Località di montagna in Lombardia

La Lombardia è una regione ricca di bellezze naturali, tra cui montagne e valli con famose località. In questi paesi si possono trascorrere vacanze immersi nella natura, praticando attività all'aria aperta e godendo di panorami mozzafiato. Tra le destinazioni più popolari ci sono Bormio, Santa Caterina, Aprica, Livigno, Piani di Bobbio e il Lago di Idro. Ognuna di queste località offre esperienze uniche e diverse, adatte sia a chi cerca il relax che a chi vuole praticare sport ed escursioni.

Bormio Situata nell'Alta Valtellina, questa località offre una vasta scelta di alberghi, piste da sci e terme immerse nella natura alpina. Articoli e notizie sul sito web tengono aggiornati i visitatori sulle condizioni meteo e sull'ospitalità disponibile tra case vacanze e hotel

Stelviopark Il Parco dello Stelvio, che si estende su parte delle province di Sondrio e Brescia, è il territorio protetto più grande della Lombardia. Offre numerose opportunità per escursioni e passeggiate, confinando con il Parco Naturale del Brenta Adamello e con il Parco Nazionale dell'Engadina

Santa Caterina Situata al centro del Parco Nazionale dello Stelvio, questa località offre una vasta scelta di attività per ogni esigenza, dalle vacanze in natura alle comode strutture vicino agli impianti sciistici. Il sito web fornisce informazioni sulle offerte speciali, le novità e gli eventi locali

Aprica situata sul Passo dell'Aprica, tra le province di Sondrio e Brescia, questa località offre numerose opportunità per escursioni e gite in montagna, oltre alle piste sciistiche che arrivano fino al paese nella stagione invernale. Sono presenti anche strutture dedicate ai bambini

Livigno Questa località si trova tra il Parco Nazionale dello Stelvio e il Parco Nazionale Svizzero, in una zona incontaminata tra boschi secolari e ampie vallate. Il sito web fornisce informazioni utili per organizzare le vacanze e scoprire le varie opportunità della stagione

Piani di Bobbio Ad un'ora da Milano, questa stazione sciistica è diventata una meta molto popolare tra i milanesi che vogliono trascorrere un weekend sulla neve o fare trekking con una vista panoramica sulla Grigna

Lago di Idro Lago lungo 12 km e largo 2 che offre numerose possibilità di escursioni e attività sportive, tra cui trekking, mountain bike, ferrate, parapendio, canyoning, kite surf, windsurf e pesca, su sentieri semplici e impegnativi sulle prealpi bresciane che lo circondano.



Estate a Bormio 2023, tre esperienze uniche da vivere nel Parco Nazionale dello Stelvio

Il comprensorio di Bormio, custodisce tre passi mitici non solo per i ciclisti ma per tutti coloro che vogliono trascorrere l'estate dove la montagna è natura, attività all'aria aperta, ma anche storia e memoria. Sullo Stelvio, sul Gavia e sul Mortirolo si concentrano, infatti, sia alcune delle salite più dure da fare in bicicletta, quelle mitiche dei grandi campioni, che numerosi itinerari percorribili da tutta la famiglia, persino con i più piccoli al seguito sistemati comodamente nei carrellini delle e-bike. A piedi si possono inoltre raggiungere le sorprendenti testimonianze lasciate su queste vette durante la Guerra Bianca che, grazie all'App "Oltre le tracce della storia", diventano memoria storica interattiva da scoprire in sei itinerari suggestivi.

Per vivere emozioni indimenticabili nella natura e scoprire il Parco Nazionale dello Stelvio a un ritmo lento, anche per l'estate 2023 ritornano gli appuntamenti con Enjoy Stelvio Valtellina, le speciali giornate di chiusura al traffico motorizzato dei passi alpini.

- **Enjoy Stelvio Valtellina 2023: respirare la natura a pieni polmoni**

Per l'estate 2023, alla chiusura ai motori dei mitici passi alpini che hanno fatto la storia del ciclismo, si aggiungeranno alcune nuove e inedite scalate in tutta la provincia di Sondrio. Infatti, oltre a Stelvio, Gavia, Mortirolo e Cancano, saranno percorribili in bicicletta, o anche a piedi, il passo della Forcola, il passo Spluga, il passo San Marco e Campo Moro. Con l'Enjoy Stelvio Valtellina 2023, gli amanti delle due ruote non avranno che l'imbarazzo della scelta, soprattutto perché, senza traffico veicolare, si potrà respirare la natura a pieni polmoni. Dai ciclisti più sportivi, che vorranno cimentarsi con le imprese dei campioni del Giro d'Italia, alle famiglie, che potranno scegliere itinerari adatti anche alle biciclette a pedalata assistita attrezzate con carrellini per i più piccoli. Per trascorrere giornate all'insegna dell'attività all'aria aperta, completamente immersi nella natura, sia per veri atleti delle due ruote che per ciclisti della domenica, le parole d'ordine sono aria pulita e natura incontaminata!

Scopri il calendario dell'Enjoy Stelvio Valtellina 2023

Passo dello Stelvio: 18 giugno – 2 settembre (Scalata Cima Coppi)

Passo Gavia: 3 giugno – 14 luglio – 3 settembre

Passo Mortirolo: 16 giugno – 15 luglio

Salita ai laghi di Cancano: 17 giugno – 21 luglio – 1° settembre

- **I passi epici per i ciclisti: Stelvio, Gavia e Mortirolo**

I passi mitici del comprensorio di Bormio evocano scenari eroici agli amanti del ciclismo: qui i campioni hanno compiuto le gesta più leggendarie del Giro d'Italia!

Il più alto valico carrabile d'Italia, il Passo dello Stelvio, con i suoi 88 tornanti – 40 sul versante valtellinese e 48 su quello altoatesino – e con 1.533 m di dislivello da Bormio al Passo, è considerato una vera e propria "mecca" per i ciclisti scalatori. Teatro di spettacolari tappe del Giro d'Italia, è un tracciato interamente percorribile con la bici da corsa. Si tratta di una salita di circa 22 Km, la cui partenza è fissata a Bormio (1.225 m), con una pendenza media superiore al 7% e un tratto centrale che raggiunge il 13%. Si devono affrontare ben 40 tornanti per raggiungere il passo a 2.758 m s.l.m., dove, anche in estate, è possibile trovare nevischio e freddo. Una sfida epica con sé stessi per sentirsi veri campioni!

Il Passo Gavia si raggiunge percorrendo una strada stretta, in alcuni casi impervia, ma con un fascino unico. Tracciata in epoca medievale, è completamente asfaltata da pochi anni. È stata lo scenario di immagini epiche legate al ciclismo, con tappe del Giro affrontate sotto copiose nevicate e, quando apre a maggio, i muraglioni di neve laterali alla strada sono impressionanti.

La strada che da Mazzo di Valtellina raggiunge il Passo del Mortirolo sul versante valtellinese, in poco più di 12 km, è una delle salite più prestigiose d'Italia, resa mitica dalle imprese di Marco Pantani. Le sue pendenze sono in alcuni punti davvero proibitive arrivando a toccare il 19%. Consigliata per atleti davvero esigenti.

Gli appuntamenti da non perdere per gli amanti del ciclismo dell'estate 2023 di Bormio

4 giugno: 11° Granfondo Stelvio Santini

9 luglio: 38° Re Stelvio Mapei

22 luglio: Duomo – Stelvio

29 – 30 agosto: Haute Route Dolomites

2 settembre: 21° Scalata Cima Coppi

- **I trekking storici nei pressi dei passi Stelvio e Gavia**

Il Parco Nazionale dello Stelvio offre numerosi siti che conservano le tracce della Guerra Bianca. Questi sono custoditi in paesaggi dalla bellezza spettacolare: il contrasto tra storia, memoria e natura è un'occasione unica per vivere giornate in grado di suscitare forti emozioni.

"Guerra Bianca" è definita la Prima Guerra Mondiale combattuta alle quote più elevate. La prima linea si sviluppava per ampi settori al di sopra dei 3.000 metri, dove la neve la fa da padrona per lunghi mesi. Di quel tragico periodo restano numerose tracce, sotto forma di strade, di mulattiere militari, di trincee, di postazioni d'artiglieria ecc. Molte di queste testimonianze sono state recuperate dal Parco, ed è così possibile oggi, in uno straordinario scenario naturale, farsi una chiara idea di come si viveva – e si combatteva – durante la Grande Guerra sulle montagne. Con la App "Oltre le tracce della storia", questi luoghi di memoria sono raggruppati in sei sentieri tematici, all'interno di aree spettacolari del Parco Nazionale dello Stelvio. Procedendo lungo gli itinerari, in corrispondenza dei punti di interesse, sul dispositivo mobile arriva una notifica e, in automatico, appare l'immagine della cartina della zona, con la possibilità di attivare la descrizione audio e di vedere una serie di immagini storiche e ambientali. Grazie a una tecnologia alla portata di tutti, e a impatto zero sul paesaggio, è oggi possibile incontrare frammenti di storia e natura, cogliere dettagli poco appariscenti e guardarsi attorno compiendo un salto indietro nel tempo. Dove c'era il fronte, ancora oggi, sono visibili resti di trincee e villaggi militari.

viaggiamo.it

I 4 cammini più belli d'Italia: scenari immersi nella natura

Ecco la nostra guida alle destinazioni più belle per le escursioni in Italia.

State cercando i **cammini più belli d'Italia**? Con i sentieri di montagna nel nord e le scalate sui vulcani in Sicilia, il periodo migliore per venire è la primavera e l'inizio dell'autunno. Ecco la nostra guida alle destinazioni più belle per le escursioni in Italia.

Valtellina, Lombardia

La Valtellina si estende per 200 km nella regione settentrionale della Lombardia, nel bel mezzo delle Alpi. Anche se spesso oscurata dalle Dolomiti, vale la pena di visitare i suoi parchi e le sue riserve naturali, che costituiscono più di un terzo della regione.

Tra gli itinerari escursionistici più popolari vi sono l'Alta Via della Valmalenco, la Gran Via delle Orobie, il Sentiero della Pace e la Via Alpina in Valtellina.

Well Tribune

- SOLO CRONACA BIANCA -



Valtellina "slow"

A due ore da Milano, e cinque da Roma, c'è di che ritemperarsi dopo un anno faticoso: chi non sogna le agognate vacanze da spendere in un bel posto, senza la calca e – soprattutto – senza stress e molto "slow"?

E allora, quest'estate si va... in **Valtellina**! E' lì – ai confini con la **Svizzera** – che si "assaggia" un territorio davvero incontaminato. E sostenibile: l'attenzione per l'ambiente è nel DNA negli abitanti, perché è il loro patrimonio.

Tante le diverse peculiarità della zona e le esperienze che si possono vivere qui, nel cuore delle **Alpi lombarde**: dal viaggiare sul celebre trenino rosso al trekking più lungo d'Italia, da facili passeggiate nel verde a salti nel tempo fra dimore storiche.

Da soli o in famiglia, fra amici o per lavoro, la zona in questione per la sua ricchezza ambientale riserva emozioni sorprendenti, inclusa quella di ospitare le **Olimpiadi invernali 2026**.

La montagna per i più ardimentosi come quella per i più tranquilli: non c'è che da scegliere. E chi volesse rinfrancarsi in un **parco termale**, non potrebbe scegliere destinazione migliore.

Per i più esigenti, da non perdere la cucina stellata di **Gianni Tarabini** del ristorante **La Presèf**, e di **Roberto Tonola** del ristorante **Lanterna Verde**, entrambi con **1 Stella Michelin** e **1 Stella Verde Michelin**.

Per gli amanti del buon bere, la **Strada del Vino della Valtellina** vi accompagnerà in un viaggio alla scoperta di una delle eccellenze dell'alta Lombardia.



La Valtellina scende a Roma

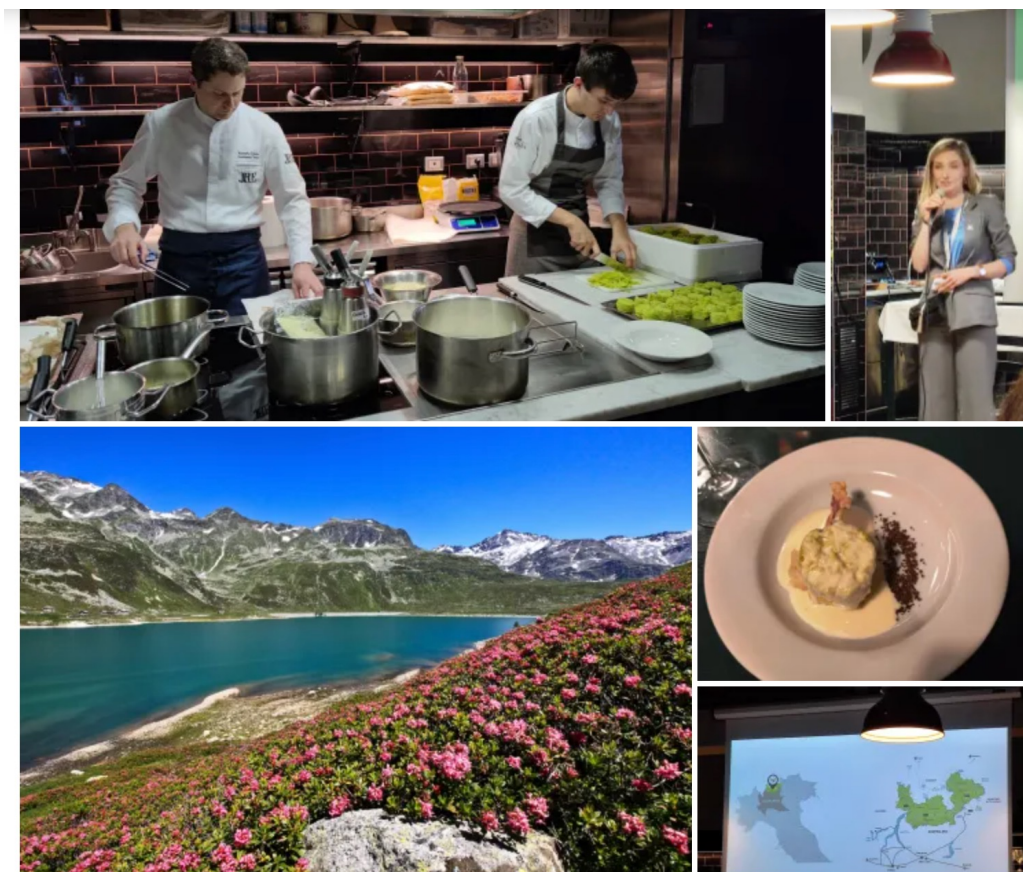


La Casa Fluviale a Roma ha ospitato una interessante presentazione della Valtellina, apprezzata area della Lombardia, offrendo alla stampa intervenuta una panoramica sulle attrattive turistiche e sugli eventi che l'estate 2023 e le stagioni successive hanno in programma. Denominata 'Valtellina da record' la presentazione si è articolata in due fasi: la scoperta della ricca offerta valtellinese tra sport, natura, cultura ed enogastronomia ed un riflettore sulla cucina locale di qualità, con esempi diretti a cura dei rinomati cuochi Gianni Tarabini e Roberto Tonola.

I dirigenti dei vari enti e consorzi turistici della zona hanno illustrato con immagini suggestive una carrellata di possibilità ed iniziative di svago e soggiorno, a 5 ore di distanza da Roma. Una Valtellina spesso sconosciuta e proprio per questo attraente e variegata. Sono passate in rassegna le oasi benessere delle Terme di Bormio, le panoramiche piste ciclabili attrezzate per il cicloturismo che impreziosiscono la provincia di Sondrio e oltre, le dotazioni sportive di Livigno, le ricchezze culturali della Valchiavenna, il Cammino Mariano che si snoda nelle Alpi, gli splendidi paesaggi dello Spluga, dell'Aprica, dello Stelvio, della Valmalenco ed altre località. Non meno attrattive le specialità gastronomiche: dalla famosa bresaola, ai formaggi, ai pizzocheri ed ai vini che innaffiano queste specialità tanto buone quanto rare in altre parti d'Italia.

L'obiettivo di presentare ai comunicatori dell'Italia centrale è stato ben centrato da Lucia Simonelli, responsabile di progetto, e Manuel Pozzoni, comunicazione e promozione, di Valtellina Turismo, validamente affiancata dai suoi colleghi Filippo Pighetti, di Valchiavenna Turismo, Pierluigi Negri, dei Consorzi turistici di Media Valtellina e di Porte di Valtellina, Matteo Dessì, direttore dell'APT di Livigno ed altri ancora.

Le prospettive per la stagione estiva sono state indicate molto positive ed ottimistiche, il che è facilmente intuibile se si considera la gamma di iniziative e di programmi predisposti, con strutture ricettive di ottima qualità ed operatori di elevata professionalità.





La Valtellina scende a Roma

Data pubblicazione: 15-05-2023



La Casa Fluviale a Roma ha ospitato una interessante presentazione della Valtellina, apprezzata area della Lombardia, offrendo alla stampa intervenuta una panoramica sulle attrattive turistiche e sugli eventi che l'estate 2023 e le stagioni successive hanno in programma. Denominata 'Valtellina da record' la presentazione si è articolata in due fasi: la scoperta della ricca offerta valtellinese tra sport, natura , cultura ed enogastronomia ed un riflettore sulla cucina locale di qualità, con esempi diretti a cura dei rinomati cuochi Gianni Tarabini e Roberto Tonola. I dirigenti dei vari enti e consorzi turistici della zona hanno illustrato con immagini suggestive una carrellata di possibilità ed iniziative di svago e soggiorno, a 5 ore di distanza da Roma. Una Valtellina spesso sconosciuta e proprio per questo attraente e variegata.

Sono passate in rassegna le oasi benessere delle Terme di Bormio, le panoramiche piste ciclabili attrezzate per il cicloturismo che impreziosiscono la provincia di Sondrio e oltre, le dotazioni sportive di Livigno, le ricchezze culturali della Valchiavenna, il Cammino Mariano che si snoda nelle Alpi, gli splendidi paesaggi dello Spluga, dell'Aprica, dello Stelvio, della Valmalenco ed altre località. Non meno attrattive le specialità gastronomiche: dalla famosa bresaola, ai formaggi, ai pizzocheri ed ai vini che inaffiano queste specialità tanto buone quanto rare in altre parti d'Italia. L'obiettivo di presentare ai comunicatori dell'Italia centrale è stato ben centrato da Lucia Simonelli, responsabile di progetto, e Manuel Pozzoni, comunicazione e promozione, di Valtellina Turismo, validamente affiancata dai suoi colleghi Filippo Pighetti, di Valchiavenna Turismo, Pierluigi Negri, dei Consorzi turistici di Media Valtellina e di Porte di Valtellina, Matteo Dessì, direttore dell'APT di Livigno ed altri ancora. Le prospettive per la stagione estiva sono state indicate molto positive ed ottimistiche, il che è facilmente intuibile se si considera la gamma di iniziative e di programmi predisposti, con strutture ricettive di ottima qualità ed operatori di elevata professionalità.



La Valtellina scende a Roma e presenta le proposte dell'estate



Per la stagione estiva la Lombardia ha presentato alla Casa Fluviale di Roma "Valtellina da record". Eventi e attrazioni turistiche tra sport, natura, cultura ed enogastronomia. Una Valtellina poco conosciuta ma attraente e variegata.



Cuochi durante la preparazione di piatti valtellinesi (foto G. Nitti)

La **Casa Fluviale a Roma** ha ospitato una interessante presentazione della Valtellina, apprezzata area della Lombardia. La stampa intervenuta ha avuto così una panoramica delle attrattive turistiche e degli eventi per l'estate 2023 in programma.

Denominata "**Valtellina da record**" la presentazione si è articolata in due fasi. La prima sulla scoperta della ricca offerta valtellinese tra sport, natura, cultura ed enogastronomia. Per la seconda si è acceso un riflettore sulla cucina locale di qualità, con proposte dal vivo curate dai cuochi *Gianni Tarabini* e *Roberto Tonola*.

I dirigenti dei vari enti e consorzi turistici che hanno organizzato "Valtellina da Record" hanno illustrato con immagini suggestive la carrellata di possibilità e iniziative di svago e soggiorno, a 5 ore di distanza da Roma.

Una Valtellina spesso sconosciuta e proprio per questo attraente e variegata. Sono state passate in rassegna le oasi benessere delle **Terme di Bormio**. Sono seguite le panoramiche piste ciclabili attrezzate per il cicloturismo che impreziosiscono la provincia di Sondrio e oltre. Come pure le dotazioni sportive di **Livigno**, le ricchezze culturali della **Valchiavenna**, il **Cammino Mariano** che si snoda nelle Alpi. Non sono mancate immagini degli splendidi paesaggi dello **Spluga**, dell'**Aprica**, dello **Stelvio**, della **Valmalenco** e di altre località.

Specialità della cucina locale



Preparazione piatti tipici (foto G. Nitti)

Non meno attrattive le specialità gastronomiche : dalla famosa bresaola, ai formaggi, ai pizzoccheri. E naturalmente i vini che inaffiano queste specialità tanto buone quanto rare in altre parti d'Italia. L'obiettivo di presentare ai comunicatori dell'Italia centrale è

stato ben centrato da Lucia Simonelli, responsabile di progetto, e

Manuel Pozzoni, comunicazione e promozione di Valtellina Turismo. A sostenerli nella presentazione i loro colleghi Filippo Pighetti, di Valchiavenna Turismo, Pierluigi Negri dei Consorzi turistici di Media Valtellina e di Porte di Valtellina, e da Matteo Dessì, direttore dell'APT di Livigno.

Le prospettive per la stagione estiva hanno annunciato i responsabili, sulla base dei dati a disposizione, sono molto positive e ottimistiche. Sicuramente ciò è dovuto anche alla gamma di iniziative e di programmi predisposti, e soprattutto alle strutture ricettive che vantano una ottima qualità e operatori di elevata professionalità.

viaggiamo.it



Le cascate più belle d'Italia: meraviglie naturali da non perdersi

Non perdetevi questi tesori naturali puramente italiani.

Le **cascate più belle d'Italia** sono una vera meraviglia della natura: il loro slancio può sconvolgere un paesaggio e il loro scroscio creare un po' di inquietudine, ma allo stesso tempo regalano scorci davvero suggestivi. Trovarle non è sempre facile e per ammirarle, a volte, bisogna camminare per ore, ma quando raggiungiamo questi angoli remoti della natura...

beh, lo spettacolo è garantito.

Per chi non lo sapesse, oltre la famosa e bellissima Cascata delle Marmore, in Umbria, il nostro territorio è costellato da una moltitudine di cascate da non perdere. Scopriamo dove sono!

Le cascate più belle d'Italia: meraviglie naturali da non perdersi

Cascata dell'Acquafraggia, in Valchiavenna (Sondrio)

La Cascata dell'Acquafraggia di Borgonuovo, nel comune di Piuro in Valchiavenna, nasce dal Lago del Pizzo a 3050 metri di altitudine.

L'origine del nome Acqua Fraggia, deriva da "acqua fracta", cioè il torrente costantemente interrotto da cascate. Le cascate, davvero impressionanti, colpiscono persino Leonardo da Vinci che, passando per la Val Chiavenna, ne ammirò la bellezza selvaggia e la citò nel suo "Codice Atlantico".



Terme per bambini: tutte le piscine termali dove andare con la famiglia

Alle terme con i bambini? Un modo diverso per divertirsi, rinfrescarsi e rilassarsi insieme. In Italia ci sono parecchie piscine termali dove andare con tutta la famiglia. Vediamo insieme alcuni indirizzi tra cui scegliere, da Nord a Sud.



Andare alle terme con i bambini può essere un'ottima idea per passare qualche ora in pieno relax. Molte strutture termali consentono l'ingresso alle piscine anche ai più piccoli, ma alcune fanno qualcosa in più. Offrono vasche interamente dedicate a loro, poco profonde, sicure e spesso dotate di elementi e strutture gioco che rendono ancora più divertente stare in acqua. Altre strutture affiancano alle vasche per i piccoli anche spazi gioco e aprono le porte delle spa ai bambini con trattamenti a loro dedicati. Vediamo insieme alcuni indirizzi di piscine termali dove andare con la famiglia.

Terme per bambini in Lombardia

Dalla montagna con le terme di Bormio al lago, quello di Garda con Aquaria. Entrambi gli indirizzi sono adatti per un pomeriggio alle terme con i bambini. Anche se si proviene da una località di vacanza vicina alle terme, attenzione che il [viaggio con i bambini](#), sia pur breve, va sempre organizzato bene tenendo conto, ad esempio, che in alcuni parchi termali non è possibile consumare cibo portato da casa. Meglio leggere prima il regolamento per non avere sorprese.



Bormio Terme è un parco termale che sorge nei pressi di Bormio appunto, nella provincia di Sondrio. I piccoli ospiti trovano tante occasioni di divertimento in questo parco termale nel cuore di una delle località turistiche più famose della regione. Nella vasca termale interna Fungo con acqua a 33° C i più piccoli possono giocare con gli spruzzi di un serpentone giallo che occhieggia simpatico a bordo vasca oppure con gli schizzi d'acqua che cadono da un enorme fungo rosso e bianco. La piscina termale per bambini, con acqua a 32° C e una profondità di 60 centimetri, è particolarmente adatta per i piccoli che non sanno ancora nuotare e anche per i neonati. I pesci disegnati sul fondo rendono la vasca ancora più "giocosa" e aiutano anche i più timorosi a prendere confidenza con l'acqua. All'esterno la Vasca Clown rinfresca i piccoli in estate intrattenendoli in sicurezza con la simpatica foca azzurra che zampilla acqua e un clown multicolore. Ma il vero divertimento per i più grandicelli, dai dieci anni in su, è lo scivolo d'acqua, un tubo di 60 metri in cui scorre acqua termale: accessibile in tutte le stagioni è un'attrazione irresistibile anche per mamme e papà.

Dove: Bormio (SO)



La Valtellina, patria di eccellenze gastronomiche



La Valtellina è un **luogo ideale per le vacanze durante tutto l'anno** grazie ai panorami mozzafiato, ai centri termali, ai suoi bellissimi laghi ma vivere la Valtellina significa anche lasciarsi andare ai grandi piaceri della tavola.

La sua enogastronomia di chiara **ispirazione montana**, vanta una tradizione secolare. Le materie prime provengono dai suoi **pascoli, alpeggi, vigneti e frutteti**: prodotti semplici, simbolo delle povere origini contadine del territorio, diventati protagonisti di piatti apprezzati in Italia e nel mondo grazie al 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.

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 adulto 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.



Oltre alla celebre bresaola, questa regione 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 come la **slinzega**, ricavata dagli stessi tagli nobili da acquistare prodotti per rivivere le grandi emozioni enogastronomiche del territorio anche una volta che si è fatto ritorno a casa.

Terreni permeabili e condizioni climatiche ideali in termini di piovosità, esposizione ai raggi del sole ed escursione termica creano anche le condizioni ideali 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 con latte vaccino parzialmente scremato e stagionato nelle tradizionali "casere" per almeno 70 giorni, nato nel 1.500 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 Consorzio di Tutela impegnato nella salvaguardia della loro tipicità e lavorazione tradizionale. 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 condite generosamente con burro d'alpe e formaggio locale. L'ingrediente principale dei pizzoccheri è il grano saraceno, coltivato in abbondanza sul territorio valtellinese fin dall'antichità; I vini ed 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 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 straordinario di architettura contadina**: una ricchezza culturale e paesaggistica iscritta dal 2018 nella lista del Patrimonio Immateriale dell'Umanità. Fra i DOCG 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**, e l'**Alpi Retiche IGP** che include vini rossi, rosati, bianchi, frizzanti, passiti, novelli e da vendemmia tardiva.

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 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.



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, micro birrifici 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 sapori 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.

Anche il **latte ha ottenuto il Marchio Collettivo Geografico** che ne certifica la provenienza. Oltre ai famosi Bitto e Valtellina Casera DOP, è utilizzato anche per la produzione di burro, yogurt e altri formaggi altrettanto buoni ma meno conosciuti come lo **Scimudin**, che 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.



L'offerta enogastronomica di questa splendida regione 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 già noto 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 km 0.

Numerosi i 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 ed offrono 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 interpreti della tradizione gastronomica locale, che rispettano ed esaltano sapientemente in ogni piatto.



I PARCHI AVVENTURA PIÙ BELLI D'ITALIA PER UN WEEKEND IN FAMIGLIA



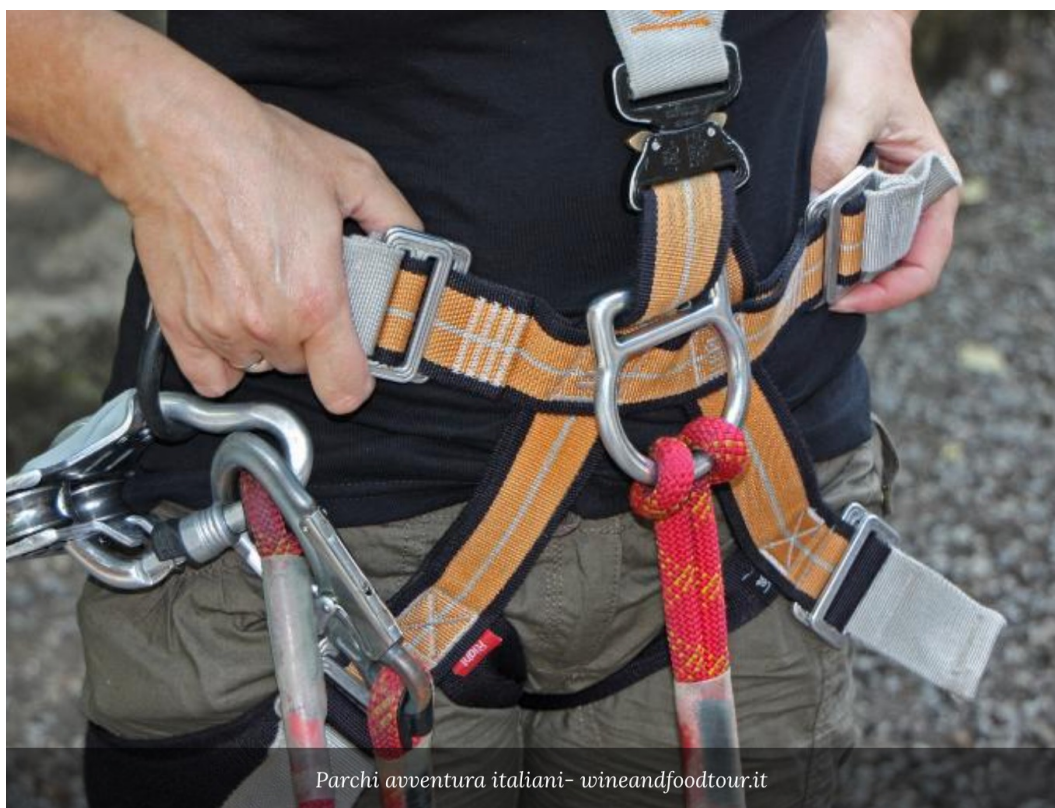
Oggi vi portiamo alla scoperta dei parchi avventura più belli d'Italia per un weekend in famiglia all'insegna del divertimento e dell'allegria.

Negli ultimi anni sono sempre più numerose le persone che desiderano provare il brivido dell'adrenalina, arrampicarsi su pareti rocciose o passare da un albero all'altro usando funi, corde o passerelle. Stiamo parlando del *tarzaning*, un nuovo sport entusiasmante e adrenalinico adatto a grandi e piccini, in base al livello di difficoltà.

Aerobosco tra i parchi avventura più belli d'Italia e della Lombardia

In Valtellina, più precisamente a **Bema**, c'è un parco avventura molto famoso chiamato **Aerobosco**. Anche se è piuttosto piccolo rispetto ad altri della regione, questo parco è molto amato dalle famiglie poiché propone il brivido della "**Fly Emotion**" che consiste nel passare da un capo all'altro della vallata sospesi appesi ad un cavo. Ovviamente si tratta di un'attività sicura e per nulla pericolosa.

Ci sono quattro diversi percorsi di diverso grado di difficoltà e adrenalina, di cui uno adatto proprio ai bambini piccoli. Al versante opposto, per chi non lo sapesse, c'è un altro parco avventura che propone sempre il tarzaning e si chiama **Larix Park**.



Sempre nella regione lombarda ci sono altri importanti parchi avventura, ossia **JRP Extreme** a Pian delle Noci (dove è possibile provare anche il salto nel vuoto) e **Tree Experience** che si trova a sud di Milano ed è molto più costoso rispetto agli altri sopra citati.



TUTTO PRONTO PER IL VALTELLINA EBIKE FESTIVAL 2023

27/28 Maggio: mancano pochi giorni all'evento sportivo dedicato alle e-mtb. Un week-end di gare, escursioni enduro e tour guidati alla scoperta delle bellezze naturalistiche e della deliziosa enogastronomia locale.



A “dare il via” Hans Rey, una delle più grandi icone internazionali della mountain-bike.

Fonte: comunicato stampa

Tutto pronto per il Valtellina Ebike Festival 2023 in programma sabato 27 e domenica 28 maggio a Morbegno, in bassa Valtellina. Il famoso weekend dedicato alle e-MTB inaugura la stagione del cicloturismo in Valtellina con una ricca proposta di iniziative per tutti, sia in centro città che sui sentieri. Ad aprire la IV edizione, sabato 27 maggio, è come sempre la Festival Ride, il tour super-panoramico di 40 chilometri e accessibile a tutti, che porta alla scoperta della “Costiera dei Cech”.

27 / 28
MAGGIO 2023
MORBEGNO

**VALTELLINA**
EBIKE
FESTIVAL

www.valtellinaebikefestival.com

IV EDIZIONE

SPONSORED BY  POWERED BY 

FESTIVAL RIDE
Super-tour tra vigneti e borghi di montagna

EBIKE TOURS
Escursioni naturalistiche ed enogastronomiche

EBIKE VILLAGE
Bike show e Bike brand

TRAIL EXPERIENCE
Sui sentieri più divertenti delle Orobie

E-ENDURO
Gara di e-MTB enduro

NEW

Photo by Eze Urrets

Un'escursione che include passaggi tra vigneti, borghi storici e boschi del versante Retico, con uno spettacolare panorama che abbraccia il fondovalle fino al Lago di Como.

Domenica 28 maggio sono invece in programma escursioni guidate nei luoghi più iconici dell'area di Morbegno. Gusto di Valtellina è dedicato a chi ama conoscere il territorio a ritmo lento: un tour di livello facile, con pranzo "diffuso" a base dei prodotti tipici più buoni in location da fotografare. Pochissimi i posti ancora disponibili.



L'adrenalina è invece il punto forte della Trail Experience, tour enduro che vede la partecipazione della leggenda della mountain-bike Hans Rey come special guest. Il tour si sviluppa sui trail delle Api Orobie e prevede anche un bel momento di folklore con polenta in alpeggio e canti di montagna in compagnia degli Alpini. Anche qui, i posti disponibili sono ormai limitatissimi.

Già fully booked da diverse settimane è il tour Val Masino e Foresta Incantata by Bonaldi, dove i partecipanti hanno l'opportunità di percorrere e ammirare una delle più belle aree naturalistiche italiane.

Il valore aggiunto della IV edizione del Valtellina Ebike Festival è sicuramente la e-Enduro, il più importante circuito italiano per e-mtb. Le prove della tappa di Morbegno, previste durante tutto il week-end, vedono la partenza con passerella nel centro storico per poi proseguire su tracciati che saranno svelati poco prima della partenza. Al via più di cento riders con la presenza, tra gli altri, di Matteo Berta (tricolore in carica), Florian Nicolai (vice-campione del mondo assoluto 2019 e campione di Francia 2023), Marco Melandri (ex campione del mondo di motociclismo), Martino Lani (giovane promessa del Team Fristads Merida) e Damien Oton (pro-rider francese).



Piazza Sant'Antonio a Morbegno, punto di partenza e di arrivo di tutti i tour, è il centro del festival con il suo eBike Villagge: un'area expo ad ingresso libero con gli stand di MET Helmets e Consorzio Tutela Mele di Valtellina – i main-sponsor del festival, brand del mondo bike e consorzi di promozione turistica. In programma, sabato e domenica: show acrobatici di bmx con i riders di Stay Transfer, test di handbike con Ti-Rex e dei nuovi modelli di auto elettriche Volkswagen e Audi grazie al Gruppo Bonaldi.

Il programma completo dell'evento e la possibilità di iscriversi alle iniziative sono disponibili al sito www.valtellinaebikefestival.com.



LA VALTELLINA, CON LA SUA PROPOSTA CULTURALE, DIVENTA LA META PERFETTA PER STACCARE LA SPINA DALLA QUOTIDIANITÀ

Valtellina tra castelli e antichi palazzi

Con l'arrivo della primavera, di temperature più miti e giornate più lunghe il desiderio di programmare delle gite fuori porta si fa sentire giorno dopo giorno.

I ponti primaverili e long weekend sono un ottimo pretesto per concedersi anche solo qualche giorno lontano dalla quotidianità.

Questo momento dell'anno è ideale anche per andare alla scoperta del lato culturale della **Valtellina**.

Proprio con l'arrivo della bella stagione, infatti, molti palazzi, ville e castelli su tutto il territorio valtellinese aprono le loro porte ai turisti che desiderano unire relax e cultura.

Situato a Prosto di Piuro, a pochi chilometri da Chiavenna, c'è **Palazzo Vertemate Franchi**, una romantica dimora rinascimentale considerata uno tra i palazzi più importanti della Valchiavenna e dell'intera provincia di Sondrio.

L'edificio, ricco di bellezze e storia, si trova in una zona isolata rispetto al borgo di Piuro ed è circondato da unmeraviglioso giardino all'italiana con peschiera che guida la visita verso il frutteto, il castagneto, l'orto e altri edifici rustici che in passato venivano utilizzati per la conduzione di attività agricole come il torchio e la ghiacciaia.



Palazzo Vertemate Franchi colpisce i turisti per l'eleganza e la sobrietà della facciata che si contrappone all'estrema ricchezza di affreschi e decorazioni custodita negli spazi interni. Infatti, all'interno delle mura si possono ammirare pareti e soffitti a volta completamente affrescati in cui sono rappresentate grandi scene mitologiche ispirate alle metamorfosi di Ovidio.

Una meta perfetta per una gita fuori porta che invita i turisti a perdersi tra le bellezze artistico-culturali della **Valchiavenna**.

Info: www.palazzovertemate.it/.



Il viaggio tra i palazzi più belli della Valtellina continua verso Sondrioma, prima di giungere al capoluogo valtellinese, si trova **Palazzo Malacrida**, nella graziosa cittadina di Morbegno.

Se dall'esterno l'edificio passa quasi inosservato dalla sobrietà, è all'interno che va in scena il meglio del rococò.

Appena entrati gli ospiti troveranno un ampio atrio con volte a crociera decorate a stucchi con colori tenui; al primo piano, invece, si possono ammirare le quadrature di Giuseppe Coduri, con prospettive architettoniche che creano l'illusione di un grande giardino, e alcuni capolavori di Cesare Ligari, tra cui "La verità sulla menzogna" e "Le Tre Grazie".

Info: <https://portedivaltellina.it/palazzomalacrida>.

Spostandosi a Sondrio, nel capoluogo, i turisti avranno l'imbarazzo della scelta tra palazzi storici e castelli.



Si parte con **Palazzo Pretorio**, attuale sede del comune di Sondrio e antica dimora del Cinquecento.

Il palazzo è frutto di un elaborato progetto di ristrutturazione che lo ha reso un edificio elegante con richiami alla storia della città.



Si prosegue, poi, con **Palazzo Martinengo**, che è sede degli uffici comunali e al pian terreno ospita il Museo dei Minerali "Fulvio Grazioli", dove i turisti possono ammirare i minerali più belli, rari e importanti della Valtellina.

Villa Quadrio è una meravigliosa villa dove l'impianto architettonico e decorativo si rifanno all'epoca rinascimentale sebbene alcuni elementi, come le decorazioni floreali del portico, rimandino allo stile liberty.

Palazzo Muzio si trova tra Piazza Garibaldi e Piazza Campello e venne progettato dall'architetto Giovanni Muzio.

Al suo interno si possono ammirare sei encausti di Gianfilippo Usellini, che ritraggono le attività lavorative tipiche della **Valtellina**.

Palazzo Sertoli stupisce turisti e passanti per le sue facciate austere ed eleganti che si contrappongono agli interni dove ci sono forti richiami al rococò.

Di particolare bellezza è il "salone dei balli", una sala del secondo piano decorata con stucchi e dipinti.



All'interno di **Palazzo Sassi de'Lavizzari** si trova il **MVSA, il Museo Valtellinese di Storia e Arte**, un luogo a misura di bambino dove grandi e piccini possono conoscere la storia della **Valtellina** e le sue diverse espressioni artistiche.

Per i più piccoli vengono organizzati laboratori creativi mentre per gli adulti sono previste visite guidate.

Nella zona di Sondrio si possono ammirare anche due meravigliosi castelli: **Castello Masegra** e **Castello Grumello**.

Il primo si trova in una posizione strategica, all'imbocco della strada che porta in Valmalenco e, da qui, si può ammirare Sondrio in tutta la bellezza.



Il castello **Masegra** al suo interno ospita CAST, il Castello delle Storie di montagna: un museo narrante che invita i suoi ospiti a conoscere la cultura montana rappresentata da storie di alpinismo, arrampicata e ambiente; trait d'union è la tecnologia che rende la visita interattiva e strizza l'occhio ai visitatori più piccoli.

Il **Castello Grumello**, invece, si trova anch'esso a pochi chilometri da Sondrio e venne donato al FAI nel 1990.

Perfetto per famiglie, il castello regala vedute panorami che su tutta la **Valtellina**.

In occasione delle giornate FAI di primavera, la **Strada del Vino della Valtellina** in collaborazione con la **Delegazione Fai della Provincia di Sondrio** organizza visite ed escursioni guidate al Castello, nel cuore dei suggestivi vigneti terrazzati della **Valtellina**.

In Valtellina non si possono perdere i 2.500 chilometri di muretti a secco, che percorrono l'intera valle dando vita a importanti etichette di vini rossi, tra cui due DOCG, il Valtellina Superiore e lo Sforzato di Valtellina.



A Teglio, comune rinomato per ospitare tra le sue mura l'Accademia del Pizzocchero. Oltre alle prelibatezze enogastronomiche, i viaggiatori possono ammirare **Palazzo Besta**, considerato il più importante palazzo rinascimentale della **Valtellina** e uno dei più interessanti in tutta la Lombardia.

Al suo interno sono raffigurate scene dell'Eneide, dell'Orlando Furioso, delle Metamorfosi e di scene bibliche.

Inoltre, al piano terra si trova l'Antiquarium, dove sono custodite testimonianze della preistoria valtellinese, che regalano a grandi e piccini un tuffo nel passato.

Info: www.teglioturismo.com/dettaglio-proposta/storia-arte-e-cultura/palazzo-besta/

Poco dopo si trova Tirano, importante crocevia valtellinese.

Qui si può ammirare **Palazzo Salis**, una prestigiosa residenza costruita tra il XVI e il XVII secolo. Al suo interno il Palazzo ospita un circuito museale che attraversa le 10 stanze più belle dell'edificio tra cui la "Camera delle 8 meraviglie" e il "Saloncello", una stanza a volta con affreschi a trompe l'oeil che invitano i suoi ospiti a non staccare mai gli occhi dal soffitto.

Info: <https://tirano-mediavaltellina.it/cosa-fare-a-tirano-media-valtellina/il-suntuoso-palazzo-salis-di-tirano>.

Tra Tirano e Bormio, a Grosio, si trova **Villa Visconti Venosta**.

L'edificio venne fatto costruire per volere del Marchese Emilio, membro della famiglia Visconti Venosta, che desiderava una dimora di famiglia per i soggiorni valtellinesi.

La Villa, di stile rinascimentale, è completamente circondata da un vasto parco di maestosi alberi secolari che oggi formano un giardino pubblico mentre al suo interno si possono ammirare preziosi oggetti d'arte custoditi all'interno di stanze ricche di storia, oltre a una biblioteca e un museo.

Info: www.villaviscontivenosta.it

Bormio chiude il tour culturale in Valtellina.



Qui si trova **Palazzo De Simoni**, una dimora civica che dal 1962 è sede del museo civico. Le 27 sale, alcune delle quali sono state decorate con stucchi e affreschi barocchi, raccontando usi, costumi e mestieri di una volta, reperti bellici, ritratti e dipinti legati alla cultura locale oltre a narrazioni sugli sport dell'altopiano, per cui Bormio è famosa.

Info: www.bormio.eu/it/museo-civico-di-bormio.



Il Valtellina Ebike Festival: da oggi la quarta edizione a Morbegno



Non il solito festival, non la solita fiera. Questo è un appuntamento dove tutti – ma proprio tutti – pedalano e poi si parlano di bici, fanno degustazioni di sapori autentici, passeggiano incuriositi nel village tra mille stand e si godono pure il territorio della valle.

Il **Valtellina Ebike Festival**, in programma **sabato 27 e domenica 28 maggio**, conferma la sua formula vincente e presenta anche diverse novità: è ovviamente un weekend dedicato alle escursioni con la mountain bike elettrica, con iniziative di diversa natura e itinerari di diversa difficoltà adatti a tutti. Una vera e propria festa in compagnia, con i sapori delle montagne lombarde e perfino tour naturalistici lungo i sentieri delle Alpi Orobie.

L'evento si pone l'obiettivo di far conoscere la Bassa Valtellina agli amanti del cicloturismo, un territorio tra i più suggestivi delle Alpi: la bellezza della natura e la sua storia di queste montagne hanno creato una rete di sentieri ideale per gli appassionati di mountain-bike di qualsiasi capacità tecnica e stato di forma. Il passato ha lasciato in eredità questo incredibile patrimonio di percorsi che si concentra nella Città Alpina di Morbegno, capitale valtellinese del buon cibo e del viver bene, dove avrà sede anche l'Ebike Village non lontano dal centro storico medievale dove ci sarà un grande spazio espositivo e dove i più piccoli potranno imparare le tecniche della mountain-bike e assistere ai contest di bmx freestyle.



Le iniziative

Come ogni anno l'iniziativa principale consiste nella **"Festival Ride"**, una grande randonnée di 35 chilometri su un percorso tra vigneti, antichi borghi alpini e sentieri nei boschi. È un tour di media difficoltà che porta alla scoperta degli splendidi panorami della Bassa Valtellina fino al Lago di Como. Il tour **"Gusto di Valtellina"** è invece una pedalata in compagnia su un percorso facile e con poco dislivello, adatto a tutti i ciclisti, che fa tappa in diversi punti lungo la valle dove sono stati allestiti banchi per la degustazione di prodotti tipici in location di pregio: antichi palazzi, cantine storiche e un'abbazia dell'Anno 1000 nella foresta.

Le altre iniziative prevedono anche il tour naturalistico Val Masino e Foresta Incantata, che conduce i partecipanti all'interno di una delle aree naturalistiche più suggestive della Valtellina, e la Trail Experience, un'avventura in stile enduro sui trail delle Alpi Orobie dedicata a chi sa condurre la bici con confidenza su qualsiasi tipo di terreno montano: solo pedalando si potrà partecipare ad un pranzo caratteristico in alpeggio a base di polenta e salsicce.

E poi ci sono le competizioni

La grande novità del 2023 è rappresentata dalla presenza di una tappa del circuito italiano E-Enduro, una sfida attesissima a cui sono iscritti i principali rider italiani. Le gare si svolgono sull'intero week-end con partenza dall'Ebike Village e prove speciali sui sentieri più tecnici sopra Morbegno. Hans Rey, più volte campione del mondo di trial-bike, vera leggenda dei pedali, sarà lo special guest dell'evento.



Piatti tipici della Valtellina: ecco gli imperdibili

Grazie ai suoi panorami spettacolari, la **Valtellina** è una delle destinazioni di montagna più amate del nostro Paese. Ma non solo: rendere questa zona irresistibile, oltre ai paesaggi, è la sua **cucina**. Le **ricette valtellinesi**, infatti, conquistano i visitatori grazie alla loro semplicità, al gusto delicato ma intenso e agli ingredienti genuini che le compongono. Tra primi, secondi, antipasti e contorni c'è l'imbarazzo della scelta, ma tra tutti alcuni piatti spiccano particolarmente. Ecco quali sono i **piatti tipici della Valtellina** che, se andate a visitare la zona, non potete proprio non assaggiare.

Valtellina in tavola: i piatti valtellinesi da non perdere

A caratterizzare la **cucina valtellinese** sono i prodotti genuini della terra e i sapori decisi e gustosi, tipici della cucina di montagna. Il piatto più amato e conosciuto universalmente sono i **pizzoccheri**, il primo che non può mai mancare sulle tavole della valle. Si tratta di un **tipo particolare di pasta**, preparata con un impasto di farina bianca 0 e farina di grano saraceno. Simili alle tagliatelle per forma e consistenza, i pizzoccheri vengono conditi da tradizione con **verza, patate, formaggio locale e burro**. Un vero piatto contadini, semplice e irresistibile.

Il **grano saraceno** è alla base di molte preparazioni della cucina valtellinese. Serve, per esempio, per preparare gli **sciatt**, irresistibili **frittelle tonde ripiene di Bitto**, il più famoso formaggio locale. Da gustare ancora calde filanti, queste frittelle hanno un nome dialettale che vuol dire "rospo": questo si deve alle **strane forme irregolari** che l'impasto liquido assume mentre frigge nell'olio bollente.

Molto simili agli sciatt sono i **chiscioi**. Si tratta sempre di **frittelle di grano saraceno e formaggio fuso**, ma in questo caso la forma è più schiacciata e non rotonda, e la cottura avviene in padelle con pochissimo olio e fuoco molto lento. Tra i secondi, invece, spiccano i **taroz**, specialità contadina composta da un **purè di patate, fagioli e fagiolini conditi con formaggio e burro del territorio**.

E come dimenticare la polenta, il piatto montano più amato. In Valtellina si mangia la **polenta taragna**, preparata con farina di grano saraceno e farina di granoturco, e condita con una **ricca squagliata di formaggio** Formai de Mut dell'Alta Valle Brembana.

Ricetta pizzoccheri alla valtellinese

I pizzoccheri sono il piatto tradizionale **più amato e famoso della Valtellina**, preparati solo da chi conosce bene la ricetta e i procedimenti. Tuttavia, per coloro che desiderano provare a farli in casa e scoprire l'autentico sapore della Valtellina, **ecco la ricetta originale. I pizzoccheri sono un piatto tipico della Valtellina, preparati con farina di grano saraceno e altri sfarinati**. Il condimento tradizionale della zona del riconoscimento include **patate a cubetti, verza o bietole (a seconda della stagione), formaggio Valtellina Casera, burro, aglio e Pesteda**. Mescolare la farina 00 e quella di grano saraceno in una ciotola. Dopo aver trasferito l'impasto sulla spianatoia infarinata, lavoratelo con le mani fino a renderlo omogeneo e compatto. Utilizzando il matterello, stendete la pasta fino ad ottenere una sfoglia uniforme. Successivamente, tagliate la sfoglia in strisce larghe una decina di cm e poi riducete ogni striscia in diagonale per ottenere delle striscioline larghe 1 cm. Per preparare gli ortaggi, pelate le patate e tagliatele a mezzesfondelle. Preparate una grande pentola d'acqua salata e, quando bolle, immergete le foglie

di verza. Prendete gli spicchi di aglio e tagliateli a metà. Fate cuocere il tutto nel burro. Nel frattempo, immergete i pizzoccheri nell'acqua in cui stanno già cuocendo la verza e le patate e lasciateli per 10 minuti. Scolate tutti gli ingredienti con una schiumarola, disponeteli sul piatto e conditeli a strati con cubetti di formaggio, burro non aromatizzato all'aglio e abbondante grana padano grattugiato.

Il segreto delle ricette valtellinesi? I prodotti di prima qualità

Come abbiamo capito dalla nostra panoramica, i **piatti tipici valtellinesi** sono semplici, fatti di ingredienti contadini e poche preparazioni. Cosa li rende, allora, così speciali? Buona parte del merito va ai **prodotti tipici locali**, delle vere e proprie eccellenze apprezzate in tutto il mondo. Primo fra tutti il **formaggio**, un grande vanto del territorio: **Bitto e casera** sono i più famosi, e i più utilizzati dei piatti della tradizione.

Tra i prodotti valtellinesi più gustosi troviamo anche i **salumi**, in particolare la **bresaola della Valtellina**, dal sapore inconfondibile e dal gusto irresistibile. In valle vanno forte anche nella preparazione del **vino**: il **rosso di Valtellina** è un vino DOC tra i più pregiati, perfetto per accompagnare una gustosa cena a base di piatti tipici.



Life | Gli eventi da vivere con l'arrivo di giugno

Nuovo appuntamento con la rubrica "Life – Eventi da vivere", il nostro magazine che vi consiglia i migliori eventi in circolazione

Con la nostra rubrica **"Life – Eventi da vivere"** vogliamo darvi alcuni consigli per passare al meglio i vostri weekend con i migliori appuntamenti in programma dove vivete. **Ecco tutti gli eventi da vivere!**



SPORT

- Domenica 11 giugno, nella suggestiva cornice della **Val Viola in Valdidentro** è in programma **Trailrun Alta Valtellina**: una gara competitiva di 21 km e shortrun non competitiva. Iscrizione combinata con **Energy2Run Cancano** a 50 euro. Info e iscrizioni su trailrunaltavaltellina.it
- Sempre in Valtellina, il 27 e il 28 maggio, a Morbegno è in programma il **Valtellina Ebike Festival**: due giorni di mountain-bike con escursioni naturalistiche, tour enogastronomici, show di bmx, freestyle e gare in stile enduro. Info e iscrizioni su valtellinaebikefestival.com

FESTE

- Il 27 e 28 maggio, al **Campo Sportivo Le Prese a Sondalo**, in provincia di Sondrio, è in programma la settimana **Festa dello Spazzacamino** che comprende il Memorial Ernesto Villa e Marino Cappelletti, musica, buona cucina e tanti eventi. Info nel gruppo Facebook **Spazzacamini Le Prese**

ENOGASTRONOMIA

- Il 2 giugno a **Novate Mezzola** (Sondrio) torna **Pasteggiando**, la passeggiata enogastronomica nella bellissima riserva naturale Pian di Spagna – Lago di Mezzola con nove punti degustazione di specialità e vini del territorio. Prenotazione obbligatoria su pasteggiando.it



Viaggio gustoso in Valtellina, dalla Brisaola al Bitto passando per il Gin Contrabbando

La Valtellina è una terra autentica e la sua sincerità si percepisce anche a tavola, assaporando piatti e ricette della tradizione. Ogni borgo è in grado di raccontarsi e raccontare la storia della valle proponendo...



La Valtellina è una terra autentica e la sua sincerità si percepisce anche a tavola, assaporando piatti e ricette della tradizione. Ogni borgo è in grado di raccontarsi e raccontare la storia della valle proponendo prelibatezze uniche che offrono un viaggio all'insegna della scoperta e del buon gusto

Le numerose specialità enogastronomiche che regala la Valtellina rendono questa terra un luogo da scoprire anche a tavola.

Ogni piatto, di chiara ispirazione montana, è un viaggio nella storia e nella tradizione valtellinese: dai pizzoccheri alla bresaola passando per gli sciatt e la bisciola, quando la Valtellina approda sulle tavole è un tripudio di sapori e profumi che invitano i turisti a concedersi una pausa gustosa alla scoperta di questo territorio.

I vari mandamenti della Valtellina vantano piatti e preparazioni che contraddistinguono i singoli territori e le cui ricette vengono tramandate di generazione in generazione.

Tra i prodotti tipici del mandamento di **Morbegno** troviamo il **Bitto**, uno dei due prodotti caseari a marchio DOP di punta della Valtellina insieme al Valtellina Casera. Si tratta di un formaggio a latte crudo prodotto sopra i 1.500 metri e solamente durante la stagione estiva negli alpeggi. Vanta una storia molto antica, che risale ai Celti, popolo che ideò l'antica tecnica di lavorazione e che ai tempi chiamarono Bitu, termine che significa perenne.

Dal sapore dolce e delicato, il Bitto è un formaggio che racchiude in sé i profumi dell'alpeggio e dell'alta montagna e, con il passare della maturazione, il suo sapore diventa sempre più intenso. Viene usato in diverse preparazioni tipiche della Valtellina, soprattutto in primi come per esempio risotti e crespelle.

Nella zona del **tiranese** si possono assaggiare i **chisciöi**, un piatto gustoso che viene proposto in diversi ristoranti della provincia di Sondrio preparato con farina di grano saraceno, farina bianca, Valtellina Casera DOP, acqua e strutto. Si tratta di piccole frittelle, calde e filanti, che vengono "schiacciate" per dare la forma tipica tonda.



Pizzoccheri della Valtellina – Ph credits Gaia Menchicchi ©



A tutela di questo piatto, nel 2006 è nata la Confraternita dei Chischiöi che mira a promuovere e diffondere questa specialità gastronomica e che regala a ogni morso un'esplosione di sapore e gusto. Rimanendo nei dintorni di Tirano si trova il borgo di **Grosio** e proprio qui è nata la **pestèda**, un insaporitore aromatico.

Questo condimento è a base di aglio, sale, pepe, foglie di achillea nana e timo serpillio che viene raccolto proprio nella Valgrosina e viene preparato secondo un'antica ricetta che viene gelosamente custodita dagli abitanti del

borgo. Dal gusto forte e deciso, la pestèda viene spesso aggiunta ai piatti tipici valtellinesi come pizzoccheri, stufati e zuppe per dare una spinta in più di gusto al piatto.

Dal capoluogo Sondrio, si raggiunge la **Valmalenco**, una valle nota anche per l'estrazione di **pietra ollare**, una formazione rocciosa di color verde opaco tipica proprio di questa zona e della Valchiavenna.

La pietra ollare, grazie alle sue particolari caratteristiche, viene utilizzata spesso in cucina per la produzione di pentole e piastre e, in particolare, è ideale per la preparazione di piatti della tradizione valtellinese come, per esempio, le **costine al lavecc** (ovvero la pentola in pietra ollare). Quelli a base di carne, infatti, sono piatti tipici della Valtellina che ben si coniugano con questo tipo di utensili che riescono a valorizzare al meglio ogni singolo ingrediente e che rilasciano profumi e sapori intensi.



Salendo di quota si raggiunge **Bormio**, una tra le località sciistiche di punta della Valtellina e una destinazione termale. Oltre alle prelibatezze della valle, i turisti potranno degustare il **Braulio**, un prodotto tipico di questo paese: si tratta di un amaro invecchiato in botte a base di erbe, bacche e radici che vengono raccolte nei boschi che circondano Bormio. Le erbe botaniche utilizzate per la preparazione del Braulio sono diverse ma, ad oggi, se ne conoscono solamente 4, ovvero assenzio, ginepro, achillea moscata e genziana. A disposizione dei turisti ci sono le cantine Braulio, che si trovano all'interno del paese e che si possono ammirare grazie a visite guidate organizzate durante la stagione invernale ed estiva.



Tra le alte vette di **Livigno** nasce **Contrabbando**, il gin del Piccolo Tibet. Non è un caso se questo liquore si chiami proprio così: si tratta, infatti, di un rimando alla storia di questo paese e alle avventure dei contrabbandieri di alta montagna che attraversavano i versanti aspri delle montagne per trasportare da una valle all'altra beni e prodotti alimentari come zucchero, caffè e bottiglie di alcool.

Contrabbando ricorda la storia di Livigno non solo per il nome, ma anche per gli ingredienti che vengono utilizzati

e che regalano un tuffo nella natura più selvaggia e autentica: le bacche di ginepro sono le protagoniste di questa ricetta che, una volta mature, sprigionano un olio essenziale dal profumo intenso e avvolgente che dà vita a un vero e proprio liquore di montagna. Le cime e le pigne del pino mugo locale, invece, vengono utilizzate per aromatizzare il gin.

Spostandosi in **Valchiavenna**, il primo importante centro abitato che si incontra è Chiavenna, Bandiera Arancione del TCI. Tra i prodotti tipici di questa valle c'è la **brisaola**, un salume con una lunga storia di oltre 600 anni: già nel 1400, infatti, le botteghe locali producevano la "carne salada" a cui si è poi dato il nome di brisaola (derivato per alcuni da "brisa", una ghiandola bovina molto salata, per altri invece da "brasa" ovvero brace in dialetto).

La brisaola è diversa dalla bresaola valtellinese non solo per la vocale, ma anche perché nella preparazione sono presenti erbe di montagna, aromi, vino e il vento dei crotti della Valchiavenna, che le conferiscono un gusto e un profumo unico. Ottima se degustata in purezza o, in alternativa, accompagnata da sciatt, funghi e pane di segale.

Madesimo è un altro piccolo gioiello della Valchiavenna tutto da scoprire e proprio qui si può degustare la **torta di Madesimo**, uno dei simboli culinari del paese. Alla base di questo dolce c'è il grano saraceno, uno dei prodotti simbolo della Valtellina che viene utilizzato non solo nella preparazione dei pizzoccheri ma anche, appunto, per dolci di montagna. All'interno della torta di Madesimo si trova una dolce confettura di mirtilli selvatici e noci.

Oltre al suo grande patrimonio gastronomico, la Valtellina vanta un'importante **tradizione vitivinicola**: è rinomata per essere il territorio viticolo terrazzato più esteso in Italia – **ben 2.500km di terrazzamenti vitati** – e l'arte dei muretti a secco rappresenta un esempio mirabile di architettura contadina, una ricchezza culturale e paesaggistica iscritta dal 2018 nella lista del Patrimonio Immateriale dell'Umanità.

I diversi vini prodotti sui versanti valtelinesi offrono la possibilità ai viaggiatori di continuare il viaggio all'insegna dei sapori valtelinesi: dal Rosso di Valtellina DOC, vino rosso di pronta beva, al Valtellina Superiore DOCG, suddiviso in 5 denominazioni (Maroggia, Sassella, Grumello, Inferno e Valgella), fino allo Sforzato di Valtellina DOCG, un passito rosso secco che viene scelto dai grappoli migliori lasciati ad appassire durante il periodo invernale su speciale "fruttai" in luoghi asciutti e ben areati.



Madesimo dà il via alla stagione a due ruote



Madesimo e la Valchiavenna sono mete conosciute ai più per la pratica degli sport invernali, ma sono anche una mecca per gli amanti della bicicletta e della MTB in particolare, a cui offrono numerosi percorsi, con diversi gradi di difficoltà e, **dal 2011 grazie a un apprezzato bike park**, offre la possibilità di pedalare alla ricerca di nuovi trail in scenari alpini di rara bellezza.

Ci sono percorsi per **principianti e famiglie**, come l'anello Madesimo – Motta – Fondovalle oppure la ciclabile degli Andossi. Gli **esperti di mountain bike**, invece, possono mettersi alla prova sui percorsi più impegnativi e suggestivi, per esempio in Val Febbraro o il **MadeBike Park**. Un luogo perfetto per mettersi alla prova, sfrecciando sui tracciati realizzati dagli shaper del park, immersi in uno splendido scenario alpino dove **i trail offrono divertimento e sicurezza** su diversi percorsi, adatti a **tutti i gradi di esperienza**. Sono presenti alcune piste semplici – identificate con il colore blu, e altre più impegnative – rosse e nere. Qualsiasi sia la scelta, non mancheranno paesaggi mozzafiato e una full immersion nella magia che solo la montagna di Madesimo può offrire.

In bassa Valchiavenna e Valtellina, inoltre, ci sono **piste ciclabili asfaltate adatte a tutti**, raggiungibili anche dalle stazioni ferroviarie.

Ecco le manifestazioni sportive legate alle due ruote, previste per l'**estate 2023 a Madesimo**:

Mountain bike

- Sabato 24 e domenica 25 giugno [COPPA ITALIA DOWNHILL](#)

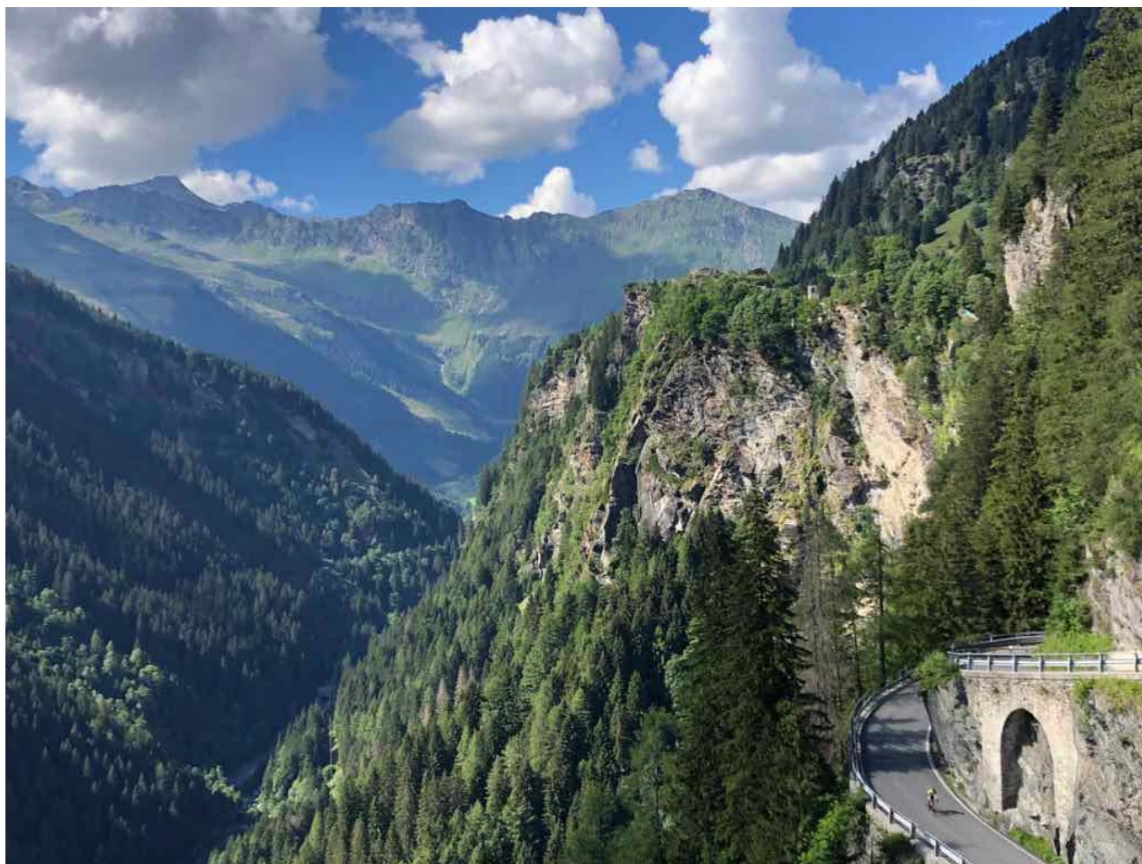




Madesimo è stata inserita nel **calendario nazionale FCI** per la terza prova di Coppa Italia Downhill 2023. Lo stesso giorno avrà luogo anche il **Campionato Regionale** che sarà in prova unica e assegnerà a Madesimo il titolo di "Campione Regionale" nelle varie categorie. Inoltre è confermato l'appuntamento per la 1^a Tappa **Trofeo Regione Lombardia DH 2023**... in pratica due giorni imperdibili per gli amanti del Downhill.

Road

- Domenica 02 luglio [ENJOY STELVIO – PASSO DELLO SPLUGA](#)



Nei mesi di **giugno, luglio e settembre**, torna l'appuntamento con Enjoy Stelvio Valtellina, la manifestazione non competitiva (e senza obbligo di registrazione) aperta a tutti e che prevede un **calendario di chiusure al traffico motorizzato delle più note e belle strade montane della provincia di Sondrio**.

L'iniziativa, promossa in origine da Ersaf – Parco Nazionale dello Stelvio, ha visto crescere negli anni l'interesse e la partecipazione da parte degli appassionati, tanto da far aumentare gradualmente il numero di salite chiuse al traffico. È così che a fianco delle grandi salite del Parco Nazionale dello Stelvio come **Stelvio, Gavia, Mortirolo e Cancano**, si sono aggiunte lo scorso anno il **Passo Spluga, il Passo San Marco, la salita di Campo Moro** e, novità dell'estate 2023, del **Passo Forcola di Livigno**. Nei giorni dell'iniziativa, grazie alla **chiusura al traffico motorizzato dei percorsi interessati**, i protagonisti saranno quindi **solo ciclisti e camminatori** o chiunque, con le proprie forze, vorrà mettere alla prova le proprie capacità su queste strade storiche.

- Sabato 09 settembre [ALPEN CHALLENGE LENZERHEIDE 2023](#)

I percorsi dell'Alpen Challenge **dettano degli standard sia dal punto di vista sportivo sia paesaggistico**. La partenza è dalla cittadina svizzera di Lenzerheide, due i percorsi previsti, **un anello lungo (da 194 km) ed uno corto (da 119 km)**. Da Lenzerheide ci si dirige verso il passo dell'Albula, uno dei passi più belli e impegnativi delle Alpi e dopo una spettacolare discesa nell'alta valle dell'Engadina, il percorso attraversa St. Moritz e costeggia i laghi dell'Engadina.

Il **percorso breve**, a questo punto, da Silvaplana risale in direzione del passo Julier per rientrare verso Lantsch/Lenz e arrivare di nuovo a Lenzerheide.

IMPERIALECOWATCH

Estate al fresco: dove andare in Europa

Da qualche anno a questa parte, in Europa stiamo percependo tutti forte e chiaro l'impatto del **cambiamento climatico** sulle nostre vite. Fra gli eventi meteorologici estremi c'è di sicuro l'aumento spropositato delle temperature, in tutto il continente. E chi già mal sopportava il caldo estivo, adesso ha ancora più difficoltà a trovare una destinazione in cui **godersi il fresco**. Ci sono però delle mete in cui, a parte picchi imprevedibili fuori dalla norma, le temperature restano generalmente piacevoli anche ad agosto. Ecco le località di alcuni Paesi europei che abbiamo scelto per voi, Italia compresa.



Parco Nazionale dello Stelvio | © Luca Dalla Vecchia



Marmotte | Valtellina



Genziana primaverile | © stelviopark.it

ITALIA – Tirano

Iniziamo proprio dal nostro Paese con una destinazione lombarda a un passo dal confine svizzero, la **Valtellina**, perfetta per respirare l'aria fresca e pulita. Incastonata **fra le Alpi Retiche e le Orobie**, vanta cime che superano i 4.000 metri. Grazie ai fiumi **Adda** e **Mera** che sfociano nel **Lago di Como** ha una vegetazione lussureggiante. Noi in particolare vi consigliamo **Tirano**, una cittadina a misura d'uomo a circa 450 metri di altezza, che ha nei dintorni molte cose da vedere.

Partiamo dalla **Riserva naturale Pian di Gembro**, a 1.350 metri di quota, a cavallo fra le province di Sondrio e Brescia. Si tratta di una conca di origine glaciale con un lago che in migliaia di anni si è trasformato in torbiera. Si può visitare facendo un percorso di 5 chilometri ad anello, in cui potete godervi la magia dei boschi.

Per Tirano passa il **Sentiero della Valtellina**, un percorso ciclopedonale che attraversa il fondovalle. Parliamo di circa 114 chilometri, per la maggior parte pianeggianti, che collegano Colico e Bormio. E una vacanza valtellinese non si può dire tale senza una tappa a **Teglio**, patria del pizzocchero da gustare con un ottimo vino rosso locale.

Tirano è strategica per scoprire altre bellezze come il [Parco Nazionale dello Stelvio](#), uno dei più grandi in Europa, e il [Parco Regionale delle Orobie](#), entrambi distanti una quarantina di chilometri.



Androsace alpina | © stelviopark.it

STYLE MAGAZINE

ESCURSIONI IN BICI: PRONTI A PERCORSI TRA PARCHI E MONTAGNE? 7 PROPOSTE

Mountain bike, e-mbt di ultima generazione, bike da "downhill", gravel bike... qualsiasi sia la vostra passione, ecco alcune proposte in Italia e in Austria per vivere una stagione outdoor



Il ciclismo a Bormio è... a 360°!

Bormio 360 Adventure Trail è l'itinerario ad anello di 140 km immerso nel **Parco Nazionale dello Stelvio**, ad un'altitudine tra gli 837 e i 2.462 m. Il percorso compie un giro a 360° intorno al comprensorio di Bormio, da Valdidentro a Valfurva, da Valdisotto a Sondalo, attraversando alcune delle valli più suggestive: come i Laghi di Cancano, la Val di Rezzalo e la Valle dei Forni. Bormio 360 Adventure Trail è suddiviso in **10 tappe di lunghezza e difficoltà differenti**, percorribili in MTB, e-bike. Si rimane sempre in quota per godere non solo di panorami sorprendenti, ma anche per vivere una vera esperienza immersi nella natura, in luoghi remoti, attraversando percorsi raramente calpestati, con diversi tipi di terreni, da quelli asfaltati ai sentieri sterrati. Si possono ripercorre gli antichi cammini della transumanza, le strade militari della Prima Guerra Mondiale, la viabilità realizzata per i grandi lavori idroelettrici o raggiungere il Ghiacciaio dei Forni, uno dei più vasti ghiacciai d'Italia.

Foto: Bormio 360 Adventure Trail



Il Sole
24 ORE

Dalla Valtellina alla costa dei Trabocchi, sette itinerari di turismo lento sulle due ruote



Sono poco meno di 5mila i percorsi accessibili per il turismo in bicicletta in Italia, per complessivi 90mila km distribuiti lungo tutta la penisola con una concentrazione più marcata al Nord. Gli itinerari a disposizione degli amanti del viaggiare sulle due ruote (e-bike naturalmente comprese) sono un mix tra ciclopedonali e ciclabili, sterrati lungo gli argini e sedimi ferroviari dismessi: un quarto del chilometraggio totale è ad uso esclusivo delle bici, più di in terzo interessa strade abbandonate o a basso traffico. A inizio giugno, a Cesena, va in scena l'ottava edizione del classico appuntamento con l'Oscar Italiano del Cicloturismo, il premio assegnato ogni anno "green road" delle Regioni che promuovono vacanze all'insegna di sostenibilità, salute e valorizzazione dei territori. Nel 2022 lo vinse l'Emilia Romagna con il Grand Tour della Valle del Savio, e da lì partiamo per questo particolare Giro d'Italia in bicicletta.

Sentiero Valtellina



▲ Sentiero Valtellina

Anch'essa premiata (con il terzo posto dell'edizione 2016) con l'Oscar Italiano del Cicloturismo 2016, questa pista ciclopedonale di 115 km collega Colico, in cima al lago di Como, a Bormio, in Alta Valtellina, nel cuore delle Alpi lombarde. Il corso del fiume Adda accompagna per lunghi tratti un percorso quasi interamente pianeggiante, fatta eccezione per gli ultimi 25 km, che fiancheggia campi agricoli, prati e meleti senza incrociare le strade ordinarie. Oltre una ventina le bacheche che permettono di consultare mappe cartografiche, informazioni sul territorio e altre indicazioni utili (la ferrovia corre parallela a buona parte del tracciato ed è quindi possibile approfittare della linea Trenord per spostarsi da una località all'altra). Fra i punti di interesse che si incontrano pedalando sul Sentiero Valtellina spicca il passaggio attraverso Sant'Antonio Morignone, il piccolo paese che fu teatro della grande frana del 1987.

VANITY FAIR

Ricette italiane della tradizione: gli sciatt valtellini

Le frittelle salate a base di grano saraceno e ripiene di formaggio casera filante sono un tesoro gastronomico della Valtellina, immeritatamente sconosciuto ai più. Ecco la ricetta originale del ristorante milanese Sciatt à porter



Si chiamano **sciatt**, che in dialetto lombardo sta per «rospo», per via della forma gonfia e irregolare che a qualcuno deve aver ricordato, appunto, l'anfibio. Di certo il fantasioso copywriter non è più con noi da un pezzo, considerando che le prime tracce delle **frittelle salate della Valtellina** con un cuore di formaggio filante risalgono al 1616. **Ingredienti fondamentali:** grano saraceno per realizzare la pastella, lo stesso alla base di altri due altri tesori gastronomici della zona come i **pizzoccheri** e la **polenta taragna**; formaggio casera DOP, semigrasso a pasta cotta con stagionatura minima di 180 giorni e lieve aroma di frutta secca.

Come gustare gli sciatt

Una volta, nelle comunità montane, gli *sciatt* venivano serviti **a colazione con un bicchiere di latte**, giusto per darsi la carica necessaria ad affrontare le fatiche della giornata. In luoghi e tempi troveranno meno impegnativi funzionano come antipasto o come secondo, accompagnati da un'insalata di cicorino fresco tagliato sottile che ne controbilanci la dolcezza con una nota amara, e inaffiati da Nebbiolo, Rosso della Valtellina o da una birra chiara».

Emma Marveglio, valtellinese doc trasferita a Milano per amore, circa 10 anni fa ha avuto l'idea di proporli anche in chiave street food, rigorosamente bollenti e racchiusi in un cartoccio a cono. Così, nel 2013, è nato **Sciatt à porter**, in viale Montegrappa al 18, a qualche passo da Eataly. «In realtà, però, l'idea degli «sciatt da passeggio» non ha preso piede, perché i clienti da subito hanno preferito sedersi al ristorante», racconta. Sarà anche che qui l'offerta della cucina tipica di Sondrio e dintorni merita davvero una sosta, soprattutto per l'eccellenza della materia prima che la titolare va a cercare e testare direttamente in valle.

Tra gli antipasti, per dire, ottime le **bresaole** (chiavennasca, affumicata, slinziga) e i **formaggi** (casera, ovviamente, scimudin e latteria), ma un plauso va anche ai crostini con burro di malga e una trota salmonata dall'affumicatura delicatissima. Superbi i **pizzoccheri**; magnifica la **polenta**; strepitosi i quasi introvabili **tzigoiner** - tipici bastoni di abete avvolti da un carpaccio sottile di fesa di fassona, poi cotto velocemente alla brace - da impugnare ai lati e mangiare a morsi senza alcun rito. Tornando agli sciatt, tra le specialità più richieste e che illuminano d'immenso soprattutto gli stranieri, abituati a tutt'altro stereotipo di cucina italiana: l'involucro dev'essere sottile e croccante, che offra al morso una minima resistenza ed esploda subito in bocca tutta la cremosità del ripieno. «Realizzarli bene, cioè con la classica codina ed evitando che il formaggio fuoriesca, è **una questione di mano e di esperienza**», spiega Emma Marveglio.

«L'importante, al momento della frittura, è prelevare il cubetto di casera avvolto nella pastella con un cucchiaino e versarlo **nell'olio caldo in modo perpendicolare**». Quanto alla ricetta completa, eccola in due versioni: quella precisa precisa delle origini, con due tipi di farina e un po' di grappa; oppure senza e solo con farina di grano saraceno - alla maniera di Sciatt à porter - «per chi non vuole rischiare che l'impasto indurisca troppo in cottura».

Sciatt, la ricetta originale

Ingredienti per 4 persone: 300 g di farina di grano saraceno, 200 g di farina bianca, 250 di formaggio casera DOP, 1 bicchierino di grappa, 30 cl di birra, qb olio per friggere e sale.

Procedimento: in una bacinella unire tutti gli ingredienti, a eccezione del formaggio e dell'olio. Lavorare il tutto fino ad ottenere un **impasto** omogeneo, morbido ma non troppo liquido, che si lascerà riposare per circa un'ora e mezza in frigorifero. Nel frattempo tagliare il formaggio a cubetti di circa 2 cm. Trascorso il tempo di riposo, riscaldare l'olio in una pentola capiente, portandolo ad una temperatura di 175°, e dopo aver tuffato i cubetti di formaggio nella pastella immergerli uno alla volta nell'olio. Fare dorare gli sciatt, scolarli con una schiumarola e servire caldi su un letto di cicorino fresco, tagliato sottile e condito.

La ricetta di Sciatt à porter

Ingredienti per 6 persone: 550 g di farina di grano saraceno, 650 ml di acqua frizzante, 60 cubetti di formaggio casera giovane (1,3 cm di lato), qb sale e olio di semi di girasole.

Procedimento: in una bacinella amalgamare la farina con l'acqua frizzante e il sale fino ad ottenere una pastella morbida e filante, in cui immergere i cubetti di formaggio Avvolgere con la pastella ogni cubetto, prelevare con un cucchiaino e versare nell'olio caldo (180°-200°) facendo particolare attenzione a chiudere, con il gesto veloce della mano, la pastella sul cubetto. Per non abbattere la temperatura dell'olio, è importante non friggere più di 20 cubetti alla volta (la dose standard è di 10 a persona) in una pentola con diametro di 25 cm. Portare a doratura, scolare, tamponare con carta assorbente da cucina e servire caldissimi accompagnando con insalata di cicorino affettato sottile.

LA STAMPA

Valtellina Ebike Festival, un weekend in sella per tutti i gusti

Pedagate, competizioni, escursioni, degustazioni per la quarta edizione della manifestazione in programma il 27-28 maggio. Il campo base è a Morbegno ma si esplora tutto il territorio



Un weekend in mountain-bike elettrica ma anche un modo per stare in compagnia, fare festa, scoprire il territorio e gustarsi i prodotti locali. È questa la formula vincente del “Valtellina Ebike Festival”, giunto alla quarta edizione.

L'appuntamento è fissato per sabato 27 e domenica 28 maggio: campo base Morbegno, territorio d'esplorazione tutta la Bassa Valtellina.

Il punto di ritrovo per tutti è presso l'Ebike Village proprio a ridosso del centro storico di Morbegno: qui si potranno scoprire i nuovi prodotti per il cicloturismo, assistere a tour di bmx freestyle e testare i nuovi modelli di auto ibride ed elettriche.



La formula è ormai collaudata, ma quest'anno ci sono anche novità nel programma. La più importante è la tappa del circuito E-Enduro, che vede sfidarsi i più forti rider italiani: si gareggia con prove speciali sui sentieri più tecnici e a ridosso di Morbegno. Come ogni anno, invece, tutti possono partecipare al "Festival Ride": una grande pedalata di 35 chilometri e di media difficoltà tra vigneti, antichi borghi alpini e sentieri nei boschi. Un'occasione per scoprire tutto il territorio della Bassa Valtellina arrivando fino al Lago di Como.

Un altro itinerario che vale la pena percorrere è quello del tour naturalistico "Val Masino e Foresta Incantata": si pedala in questa valle bucolica, patria del freeclimbing, che si è guadagnata l'appellativo di "Yellowstone italiana". Chi ha allenamento nelle gambe ed è un pochino esperto può iscriversi alla "Trail Experience": un'avventura in stile enduro sui trail delle Alpi Orobie che offre anche l'occasione di pedalare accanto al più volte campione del mondo di trial-bike Hans Rey. Iscritto tra gli "Mtb Hall of Famers", è un grande amante della Valtellina e ha partecipato allo sviluppo di importanti progetti come il tour Alta Rezia e del bike resort di Livigno. E dopo la pedalata si pranza in alpeggio con polenta e salsicce.



A proposito di buon cibo, per chi non pensa solo a pedalare ma è curioso di scoprire anche i sapori locali c'è il tour "Gusto di Valtellina": in questo caso si pedala su un percorso facile, adatto a tutti, con poco dislivello. Insomma, una scusa per fare tappa in posti storici e gustarsi formaggi, bresaola e un buon calice di vino del territorio. Si mangia e si beve all'interno di antichi palazzi, in cantine storiche e persino in un'abbazia dell'anno mille immersa nei boschi. Tutte le info, programma e iscrizioni al sito valtellinaebikefestival.com.

A wide-angle photograph of a mountainous landscape in Valtellina. In the foreground, there's a calm lake reflecting the sky. The middle ground shows green slopes with some buildings. The background is dominated by high, rugged mountains with patches of snow under a clear blue sky. Pink flowers are visible in the bottom right corner.

LA VALTELLINA SI PROMUOVE A ROMA. BUONE PROSPETTIVE SULL'ESTATE

La Casa Fluviale a Roma ha ospitato la **Valtellina**, per presentare una **panoramica sulle attrattive turistiche** e **sugli eventi** che l'estate 2023 e le stagioni successive hanno in programma.

'Valtellina da record'

Denominata '*Valtellina da record*', la presentazione si è articolata in due fasi: la scoperta dell'offerta valtellinese tra sport, natura, cultura ed enogastronomia ed un riflettore sulla cucina locale di qualità, con esempi a cura dei rinomati cuochi Gianni Tarabini e Roberto Tonola.

I dirigenti dei vari enti e consorzi turistici della zona hanno illustrato – affidandosi alle immagini – una carrellata di possibilità ed iniziative di svago e soggiorno, a 5 ore di distanza da Roma. Una **Valtellina spesso sconosciuta** e proprio per questo attraente. Sono state passate in rassegna le oasi benessere delle Terme di Bormio, le piste ciclabili attrezzate per il **cicloturismo**, che impreziosiscono la provincia di Sondrio e oltre, le dotazioni sportive di Livigno, le ricchezze culturali della Valchiavenna, il Cammino Mariano che si snoda nelle Alpi, i paesaggi dello Spluga, dell'Aprica, dello Stelvio, della Valmalenco ed altre località. Non meno attrattive le specialità gastronomiche: dalla famosa bresaola, ai formaggi, ai pizzocheri ed ai vini che inaffiano queste specialità.

Ad illustrare l'offerta Lucia Simonelli, responsabile di progetto, e Manuel Pozzoni, comunicazione e promozione di **Valtellina Turismo**, affiancata dai suoi colleghi Filippo Pighetti, di **Valchiavenna Turismo**, Pierluigi Negri, dei **Consorzi turistici di Media Valtellina e di Porte di Valtellina**, Matteo Dessì, direttore dell'Apt di Livigno ed altri ancora.

Buone attese per l'estate

Le **prospettive per la stagione estiva** sono molto positive ed ottimistiche, il che è facilmente intuibile se si considera la gamma di iniziative e di programmi predisposti, con strutture ricettive di qualità ed operatori di elevata professionalità.

Gianfranco Nitti



Enjoy Stelvio Valtellina: la bellezza delle strade montane in bici senza auto

Ritorna l'iniziativa che prevede, in giugno, luglio e settembre, la chiusura al traffico motorizzato di diverse salite valtellinesi



Enjoy Stelvio Valtellina ripropone, nei mesi di **giugno, luglio e settembre**, la possibilità di percorrere in bicicletta o a piedi alcune delle più note e belle **strade montane** della provincia di Sondrio **senza l'assillo delle auto**: le strade vengono infatti **chiuse al traffico motorizzato**. La manifestazione è **aperta a tutti**, ha carattere non competitivo ed è senza obbligo di registrazione.

L'iniziativa, promossa in origine da **Ersaf – Parco Nazionale dello Stelvio**, ha riscosso negli anni un crescente interesse e la partecipazione sempre più entusiasta da parte degli appassionati, tanto da far aumentare gradualmente il numero di strade chiuse al traffico. A fianco delle **grandi salite del Parco Nazionale dello Stelvio** come **Stelvio, Gavia, Mortirolo e Cancano**, si sono così aggiunte lo scorso anno il **Passo Spluga, il Passo San Marco** e la **salita di Campo Moro**. Tutte queste strade sono protagoniste anche dell'edizione di quest'anno di "Enjoy Stelvio Valtellina", con l'aggiunta, novità dell'estate 2023, del **Passo Forcola di Livigno**. Nei giorni dell'iniziativa, grazie alla chiusura al traffico motorizzato dei percorsi interessati, i protagonisti sono quindi solo ciclisti, camminatori o chiunque, con le proprie forze, vuole mettere alla prova le proprie capacità su queste strade storiche.

La manifestazione offre agli appassionati l'opportunità di godere di questi percorsi unici, ciascuno secondo le proprie capacità: ci sono quindi sportivi preparati, ma anche utilizzatori di e-bike e semplici appassionati dell'attività nella natura di montagna, all'insegna delle emozioni che si provano percorrendo in piena tranquillità queste splendide sequenze di tornanti che sembrano arrampicarsi verso il cielo.

ENJOY STELVIO VALTELLINA: IL CALENDARIO DELLE SALITE: GIUGNO

- sabato 3: PASSO GAVIA (strada chiusa dalle 8.30 alle 12.30 da Santa Caterina Valfurva SO e da S. Apollonia BS);
- sabato 3 e domenica 4: PASSO FORCOLA (strada chiusa dalle 8.00 alle 16.00 da loc. Parcheggio Alpe Vago – Livigno SO);
- sabato 10: PASSO SAN MARCO (strada chiusa dalle 8.30 alle 12.30 da Albaredo per S. Marco SO e da Mezzoldo BG);
- venerdì 16: PASSO DEL MORTIROLO (strada chiusa dalle 8.30 alle 12.30 da Mazzo di Valtellina SO)
- sabato 17: SALITA AI LAGHI DI CANCANO (strada chiusa dalle 8.30 alle 12.30 da loc. Fior d'Alpe, in Valdidentro SO)
- domenica 18: PASSO DELLO STELVIO (strada chiusa dalle 8.30 alle 12.30 da loc. Bagni Vecchi, Bormio SO);

LUGLIO

- domenica 2: PASSO DELLO SPLUGA (strada chiusa dalle 8.00 alle 12.00 da loc. Campodolcino, in Valchiavenna SO);
- venerdì 14: PASSO GAVIA (strada chiusa dalle 8.30 alle 12.30 da Santa Caterina Valfurva SO e da S. Apollonia BS);
- sabato 15: PASSO DEL MORTIROLO (strada chiusa dalle 8.30 alle 12.30 da Mazzo di Valtellina SO)
- venerdì 21: SALITA AI LAGHI DI CANCANO (strada chiusa dalle 8.30 alle 12.30 da loc. Fior d'Alpe, in Valdidentro SO)

SETTEMBRE

- venerdì 1: SALITA AI LAGHI DI CANCANO (strada chiusa dalle 8.30 alle 12.30 da loc. Fior d'Alpe, in Valdidentro SO)
- sabato 2: PASSO DELLO STELVIO in concomitanza con la 21a edizione della Scalata Cima Coppi (strada chiusa dalle 8.00 alle 16.00 da loc. Bagni Vecchi, Bormio SO - da Trafoi BZ - da Santa Maria Val Mustair CH);
- domenica 3: PASSO GAVIA (strada chiusa dalle 8.30 alle 12.30 da Santa Caterina Valfurva SO e da S. Apollonia BS);
- domenica 24: SALITA A CAMPO MORO (strada chiusa dalle 8.30 alle 12.30 da Centro sportivo Pradasc - Lanzada, in Valmalenco SO);

*"Le strade che salgono alle alte quote del Parco nazionale dello Stelvio hanno una storia, hanno permesso fin da tempi lontani il collegamento tra genti e culture diverse, permettono oggi di godere di paesaggi in cui la natura e la presenza umana si sposano in una bellezza che non ha eguali altrove", afferma **Franco Claretti** direttore del Parco. "Così è per il territorio dell'intera provincia, di cui la montagna e la salita sono l'essenza stessa. Ancora una volta 'Enjoy' offre a tutti gli appassionati di bicicletta e di sport nella natura la possibilità di godere appieno di questi scenari e dell'emozione di ripercorrere le strade del grande ciclismo. Strade riservate agli sportivi, senza l'interferenza del traffico motorizzato. Non solo sportivi, in realtà: grazie all'affermarsi delle e-bike questa grande possibilità è sempre più alla portata di tutti. È bello per noi pensare che un'iniziativa nata nel Parco abbia assunto un contesto provinciale e che offra oggi, da un capo all'altro della Valtellina e della Valchiavenna, la possibilità di svago all'insegna della sostenibilità e della valorizzazione di questo bellissimo territorio."*

L'iniziativa "Enjoy Stelvio Valtellina" rientra nel Progetto di Promozione del Cicloturismo 2023 della Provincia di Sondrio: il calendario completo di tutte le iniziative legate al cicloturismo è online sul sito www.valtellina.it.