

COSMOPOLITAN

## Le montagne italiane da visitare almeno una volta nella vita

Respirare aria buona a pieni polmoni, ritrovare il relax nel mentre di lunghe camminate in mezzo alla natura. Le montagne italiane sono questo e molto altro. Ecco alcune valli da vedere almeno una volta nella vita

Da una parte i veri appassionati, che della montagna, delle sue vallate e dei suoi **trekking** all'aria aperta, se ne nutrono appena possibile, alla ricerca di posti sempre nuovi da scoprire e incollare nella **personale agendina di esperienze e di ricordi**. Dall'altra coloro che, pur vivendola di rado, amano la montagna come luogo di **fuga dal trambusto cittadino**, ma anche in veste di paesaggio magico, per rifarsi letteralmente gli occhi. Ecco allora, in una sorta di breve rubrica "**Travel Tips**" (dall'inglese "Consigli di viaggio"), le **migliori sei montagne italiane** (e relative valli) **da vedere almeno una volta nella vita**.

### Vivere la montagna italiana

Inverno oppure estate, c'è poco da fare. La **montagna**, proprio come il mare, è sempre bella. E noi italiani siamo davvero fortunatissimi nel poter vivere vicino a luoghi di incommensurabile bellezza. Dislocate essenzialmente tra Alpi e Appennini, con il solo rilievo fuori penisola rappresentato dai Monti del Sardo-Corso, in **Italia le montagne** occupano oltre la metà dell'intera superficie, insieme alle loro magiche vallate e colline circostanti. Non solo territori e paesaggi davvero suggestivi, tra il verde dei boschi, l'azzurro di fiumi e laghi alpini o appenninici e il bianco di alcuni cucuzzoli innevati, tra i buoni motivi per non rinunciare a un viaggio (anche breve, della sola durata di un weekend) in montagna, la possibilità di **staccare veramente la spina**, immergendosi nella **semplicità della natura**, che in queste aree vive ancora incontaminata.

## 6 viaggi da fare assolutamente tra i monti italiani

Sei vallate e località imperdibili da visitare assolutamente tra le montagne italiane:

### Valtellina (Lombardia)

In Italia non si può dire montagna senza citare una delle più belle vallate della Penisola, la lombarda **Valtellina**, patria di polenta, pizzoccheri, bresaola e mille altre specialità culinarie. Lunga 120 chilometri, si trova nella provincia di **Sondrio**, all'ombra delle Alpi e di poco distante dalla Svizzera, nella zona che corrisponde al bacino del fiume Adda. Perché è una delle località montane italiane da vedere assolutamente? Perché qui non ci sono solamente bellezze naturali, ma anche la possibilità di dedicarsi ad attività di ogni tipo. Dalle imperdibili località sciistiche di **Livigno**, **Santa Caterina** e **Bormio** – peraltro nota per l'appeal dei suoi bagni termali – a percorsi di ogni tipo per gli amanti di trekking, mountain bike, arrampicata, ma anche canyoning e rafting tra le rapide di alcuni suoi bellissimi torrenti.