

Valtellina romantica: trekking e panorami da condividere per baci in quota

Dalle escursioni all'alba agli aperitivi al tramonto, dai baci davanti alle cascate ai panorami del Parco Nazionale dello Stelvio: in Valtellina non mancano luoghi perfetti per condividere camminate ed esperienze di complicità immersi nella bellezza della natura

Sondrio (30 giugno 2026) – Per ogni occasione in cui si desidera vivere un momento intimo, e in particolare per celebrare la **Giornata Internazionale del Bacio, il 6 luglio**, la Valtellina si presta come destinazione per **trekking di coppia**, dove il percorso diventa parte della storia condivisa. Che si tratti di attraversare boschi ombrosi, costeggiare ruscelli o superare piccoli ponti per una foto insieme, la camminata in montagna diventa un'esperienza ad alto tasso di romanticismo.

Scenari alpini, giornate luminose e pause immerse nella natura creano l'atmosfera perfetta per celebrare la complicità e la bellezza dello stare insieme. Ogni proposta può trasformarsi in una tappa di un **viaggio estivo tra le montagne**, alla scoperta di luoghi straordinari **dalla Valle Spluga all'Alta Valtellina**, rafforzando il legame insieme, passo dopo passo.

A MADESIMO, DUE CASCATE PER UN BACIO

La prima passeggiata in Valle Spluga, nella parte nordoccidentale della provincia di Sondrio, porta alla **cascata del Groppera**, che si raggiunge con una breve camminata di pochi minuti dal centro di Madesimo: da Piazza Bertacchi dopo un centinaio di metri si imbecca Via Groppera e si segue il corso del torrente omonimo fino ai piedi del salto. È un punto particolarmente fotogenico in ogni stagione: un salto nella roccia di circa 50 metri che d'inverno gela quasi completamente, trasformandosi in un monumento di ghiaccio. La vicinanza al centro e l'accesso facile ne fanno la meta di un attimo d'emozione.

La seconda escursione parte da Isola, frazione di Madesimo a circa 1.268 m: attraversa i prati sopra il piccolo borgo fino a Ca' Raseri, per poi proseguire su una comoda sterrata lungo il **torrente Febbraro fino alla cascata**, in parte nascosta in un rigoglioso bosco di abeti. È un itinerario punteggiato dai **caratteristici "carden", le antiche costruzioni rurali**: lo scenario ideale per una camminata lenta a due, tra acqua, boschi e silenzio. Per chi cerca una meta panoramica senza troppa fatica, è possibile acquistare un permesso giornaliero per percorrere in auto la strada consortile asfaltata fino a Ca' Raseri, riducendo il dislivello e raggiungendo poi la cascata a piedi. Chi vuole spingersi oltre può trasformare la gita in un **trekking d'alta quota**: il sentiero prosegue tra i boschi lungo il torrente alimentato dai laghi alpini e dalla Cascata della Val Febbraro, e l'escursione culmina al **Passo Baldiscio** (2.350 m), tra il Lago Grande e il Laghetto del Mot, al confine con la Val Mesolcina svizzera. Da segnalare la novità che arricchisce l'itinerario: dall'estate scorsa ha aperto ufficialmente il **Rifugio Baldiscio**, nuovo punto di riferimento per gli escursionisti lungo i sentieri che dalla Val Febbraro portano fino al confine svizzero. Maggiori informazioni: [Madesimo.eu](https://www.madesimo.eu).

APERITIVO AL TRAMONTO ED ESPERIENZE GUIDATE IN BASSA VALTELLINA

Scendendo lungo la Bassa Valtellina le opzioni spaziano tra camminate, racconti e sapori locali, qui sono state organizzate una serie di esperienze guidate, attività leggere e conviviali, pensate per scoprire il territorio e trasformare una semplice uscita in un momento da ricordare. La rassegna si chiama **Walks & Vibes** ed è promossa dal **Consorzio Turistico Porte di Valtellina** nell'ambito del progetto "Costruire insieme una destinazione 2026–2030".

Tra queste, la colazione dal pastore all'Alpe Culino, la degustazione in rifugio nella Valle del Bitto di Gerola, il picnic vista lago al Monte Bassetta e, di particolare bellezza e intensità per le coppie, **l'aperitivo al tramonto sulla Colmen di Dazio**. Questa esperienza nasce per vivere l'ora più suggestiva della giornata, tra boschi, viste spettacolari e sapori tipici, nel momento in cui la bassa Valtellina cambia luce, la valle si apre sotto lo sguardo, i profili delle montagne diventano più morbidi e il passo rallenta naturalmente. Si parte da Dazio per una camminata guidata sulla Colmen, piccola montagna affacciata sul fondovalle, percorrendo sentieri e tratti immersi nella natura, fino a raggiungere uno dei punti con vista aperta sulla valle. In cima si trova **il Rifugio La Casermetta**, un luogo rustico e speciale sulla cima della Colmen, nato dal recupero di una vecchia caserma e oggi diventato un piccolo rifugio dal fascino autentico. Qui la proposta culmina con **prodotti tipici locali**, da gustare al tramonto. Maggiori informazioni: [Walks & Vibes](#) (prossime date: 10/07 - 24/07 - 07/08 - 21/08).

ESCURSIONI TRA LAGO E ALTA MONTAGNA PER VEDERE L'ALBA IN VALMALENCO

Spostandosi lungo l'asse dell'Adda verso est e risalendo la Valmalenco ci sono alcune proposte per raggiungere una vetta e vedere **l'alba dopo aver dormito in rifugio**. Due escursioni in particolare funzionano al meglio se ci si ferma una notte in quota, così da essere già nel punto panoramico la mattina presto e vivere il passaggio dalla notte alla luce in modo naturale.

Il primo trekking porta al **Lago Palù**, raggiungibile salendo da San Giuseppe lungo un sentiero nel bosco di circa un'ora e mezza, oppure con una variante più tranquilla che passa da zone meno frequentate come Paluetto e Barchetto. L'ideale è dormire direttamente al **Rifugio Palù** (con alcune camere matrimoniali vista lago), così da trovarsi già a pochi minuti dal lago prima dell'alba. Qui l'esperienza è intima e silenziosa: la luce del mattino si riflette sull'acqua e il paesaggio rimane raccolto, protetto dal bosco e dalle montagne attorno. In estate è possibile prendere gli impianti di risalita da Chiesa in Valmalenco e, una volta raggiunta l'Alpe Palù, dirigersi al lago con una breve e piacevole passeggiata. Maggiori informazioni: [Trekking al Lago Palù](#).

Il secondo trekking si svolge nella zona di **Campo Moro**, sopra Lanzada, e porta al **Rifugio Zoia**. Dormire al rifugio permette di uscire direttamente all'alba senza spostamenti, trovandosi già immersi in un ambiente completamente diverso: qui il sole illumina le vette del Bernina e il ghiacciaio del Fellaria, con un colpo d'occhio allargato e scenografico rispetto al lago, rendendo il risveglio spettacolare. La strada da Lanzada verso Campo Moro è chiusa al traffico privato, per raggiungere la zona è stato attivato un **servizio navetta nei periodi di apertura stagionale**, proprio per mantenere l'accesso turistico. Maggiori informazioni: [Shuttle bus Valmalenco-Bernina Campo Moro](#).

DUE PASSEGGIATE DA CONDIVIDERE NEL COMPRESORIO DI BORMIO

Nel comprensorio di Bormio, in un angolo del **Parco Nazionale dello Stelvio**, dove regnano pace e silenzio, si trova il **Lago della Manzina**, a 2.790 metri. Questo lago alpino, raccolto e quasi nascosto, conserva un'atmosfera intima e selvaggia, lontana dagli itinerari più frequentati. Il sentiero attraversa ambienti diversi e suggestivi, regalando la sensazione di conquistare la meta passo dopo passo, fino a quando il lago appare quasi all'improvviso, sorpendendo gli escursionisti con tutta la sua bellezza. La salita dura circa due ore e mezza per un dislivello di oltre 600 metri. Maggiori informazioni: [Lago della Manzina](#).

Sempre nel Parco Nazionale dello Stelvio, sul versante meridionale del Monte Reit, il **Parco dei Bagni di Bormio con la Fonte Pliniana** è il luogo ideale per una passeggiata tranquilla. Immersi nella ricca vegetazione alpina, composta di pini, larici, abeti, pini cembri, mughi ed erica, la passeggiata segue sentieri e ponticelli in legno dove il tempo sembra rallentare. Legato da secoli alla tradizione termale di Bormio e alle storiche passeggiate degli ospiti dei Bagni Vecchi e Bagni Nuovi, questo angolo di natura richiama benessere, relax e momenti da condividere in coppia. Facilmente accessibile anche a chi non è un escursionista esperto, è il

luogo ideale per una sosta mano nella mano prima di raggiungere le terme o ammirare il tramonto sulle montagne del comprensorio di Bormio. Maggiori informazioni: [Parco dei Bagni di Bormio](#).

Per maggiori informazioni sul territorio della Valtellina: www.valtellina.it



A proposito di APF Valtellina

L'[Azienda di Promozione e Formazione della Valtellina](#) è Azienda Speciale della Provincia di Sondrio e ha l'obiettivo di comunicare e promuovere questo territorio montuoso nel nord della Lombardia, al confine con il cantone svizzero dei Grigioni, che, in uno spazio relativamente contenuto, racchiude un'infinita varietà di emozioni. È un luogo dove imparare ad amare e a vivere la montagna nelle sue espressioni più autentiche: dal richiamo irresistibile e severo delle cime, anche oltre i 4.000 metri, alla dolcezza di prati, pascoli e vigneti. Una palestra a cielo aperto adatta a tutti, dagli amanti dello sport alle famiglie, da scoprire ognuno al proprio passo. Ma la Valtellina è anche un territorio di borghi ricchi di storia, dove le tradizioni sono conservate da produttori, vigneron, agricoltori e allevatori, persone che valorizzano un'enogastronomia dalle caratteristiche uniche che difendono con orgoglio la propria terra.

Per dar voce a questo mosaico di realtà che compongono un'unica destinazione, caratterizzata da valori ed eccellenze comuni (identità, ospitalità, accoglienza, purezza della natura, cultura, enogastronomia), APF Valtellina collabora con i vari Consorzi locali, infopoint ed enti di promozione turistica, oltre che protagonisti del mondo enogastronomico come Distretto Agroalimentare di Qualità della Valtellina e Strada del Vino e dei Sapori della Valtellina.

Contatti per la stampa

DAG Communication | valtellina@dagcom.com

Miriana Cappella | mcappella@dagcom.com | +39 370 1569522

Elena Ubertaini | eubertazzi@dagcom.com | +39 349 5420242

Margherita Castelnuovo | mcastelnuovo@dagcom.com | +39 340 7579984