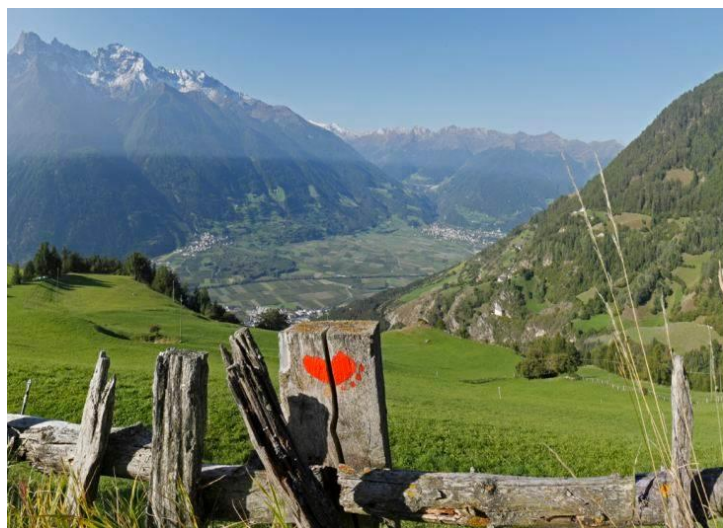


Altavia Val Venosta

da Stava a Resia



Una straordinaria escursione di più giorni lungo i pendii soleggiati della Val Venosta

L'Altavia Val Venosta che Stava porta alla fonte dell'Adige in Alta Val Venosta, collega fra loro diverse tappe formando un'escursione davvero degna di nota. Lungo 108 km, l'itinerario si snoda su sentieri esistenti e nuovi, percorrendo i sentieri lungo le antiche rogge per l'irrigazione e strade di collegamento tra i masi. L'Altavia Val Venosta è un viaggio alla scoperta di una vegetazione varia e una natura ricca di contrasti: i sentieri lungo il Monte Sole con la loro rigogliosa vegetazione di erbe e piante aromatiche offrono scorci impagabili sul magnifico paesaggio roccioso altoatesino e la fertile valle.

Informazioni di base

Punto di partenza e arrivo: Stava, Resia/fonte dell'Adige

Lunghezza: 108 km

Durata: 5 tappe giornaliere

Dislivello salita: 5600 m

Dislivello discesa: 4600 m

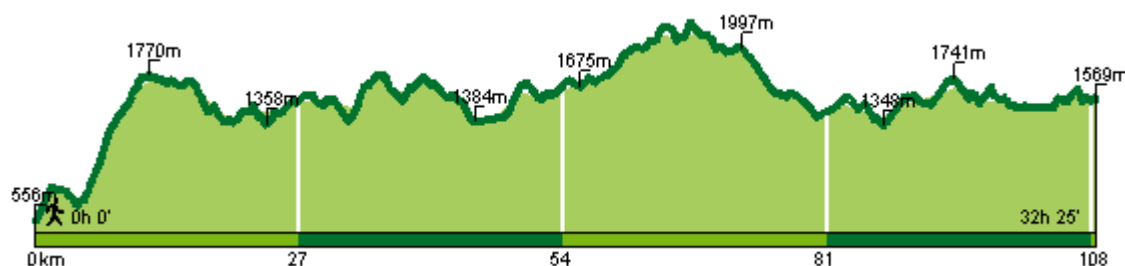
Livello di difficoltà: sentiero di montagna impegnativo (sono richiesti un buon allenamento, passo sicuro ed esperienza alpinistica)

Periodo: Aprile – Ottobre (in estate piena molto caldo)

Marcatura: l'itinerario è segnalato con il simbolo rosso 

Carta: Carta escursionistica Alta Via Venosta, Tappeiner: 1:50.000

Consiglio: utilizzare un servizio per il trasporto dei bagagli e portare con sé uno zaino con generi alimentari



Prima tappa - da Stava a S. Martino al Monte/Laces

Durata: ca. 5 ½ ore

Distanza: ca. 12,7 km

Dislivello salita: ca. 1430 m

Dislivello discesa: ca. 252 m

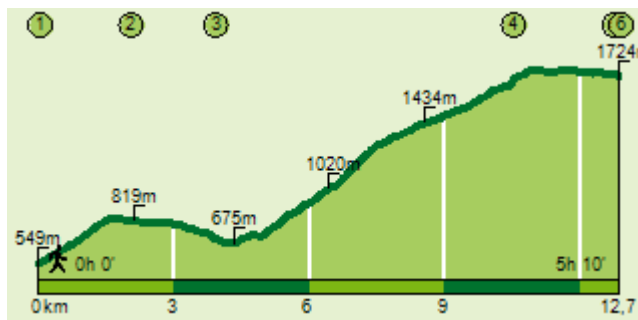
Punti di riferimento: Stava – sentiero delle rogge di Senales – Platztair – S. Martino al Monte

Consiglio: portare con sé uno zaino con generi alimentari

Condizione****

Paesaggio *****

Cultura ****



La prima tappa segue il segnavia n. 1 e porta da Stava al sentiero delle rogge di Senales che ancora oggi, da ormai quasi mezzo millennio, è utilizzata per irrigare le zone limitrofe. Seguendo il segnavia n. 3 si costeggia il Monte Turmes godendo di uno splendido panorama sulla Val Venosta e i ghiacciai innevati della Val Martello. A questo punto ci si può concedere una meritata sosta presso il ristoro Niedermairhof. Con i suoi numerosi prodotti di produzione propria, questo maso è stato premiato come “locanda contadina del 2011”. Il segnavia n. 2 porta a S. Martino al Monte. Con i suoi 120 abitanti e la sua chiesa di pellegrinaggio dedicata a “S. Martino”, il piccolo paesino montano sopra Laces rappresenta una delle mete escursionistiche più affascinanti dell’Alto Adige. La funivia di San Martino in Monte è in funzione tutto l’anno e collega Laces con San Martino.

Funivia per S. Martino in Monte, Laces

tel. +39 0473 622212

Orario: ore 7 – ore 12.30 + ore 14 – ore 18 ogni ora (e ogni mezz’ora se ci sono 6 persone)

Aperta tutto l’anno

Ultima discesa: ore 18.30 (giugno – ottobre) e ore 18 (novembre – maggio)

Informazioni e prezzi – www.latsch-martell.it

Strutture per il pernottamento

Gallo Rosso, Agriturismo in Alto Adige, Maso Oberkaser, S. Martino al Monte

tel. +39 0473 720125

www.oberkaser.wordpress.com - oberkaser@alice.it

Associazione turistica Laces – Val Martello

tel. +390473 623109

www.latsch-martell.it – info@latsch.it

Strutture per alimentarsi

Ristoro Niedermoarhof

tel. +39 0473 742545

Giorno di riposo: giovedì, dal 15.6 – 15.8 anche domenica

Stagione: aprile – dicembre

Ristoro Platztair

tel. +39 0473 624528

Giorno di riposo: nessuno

Stagione: marzo - novembre

Ristoro Oberkaser

tel. +39 0473 720125

Giorno di riposo: nessuno

Stagione: pasqua – novembre

Seconda tappa - da S. Martino al Monte/Laces a Tanas/Lasa

Durata: ca. 8 – 8 ½ ore

Distanza: ca. 25 km

Dislivello salita: ca. 1140 m

Dislivello discesa: ca. 1330 m

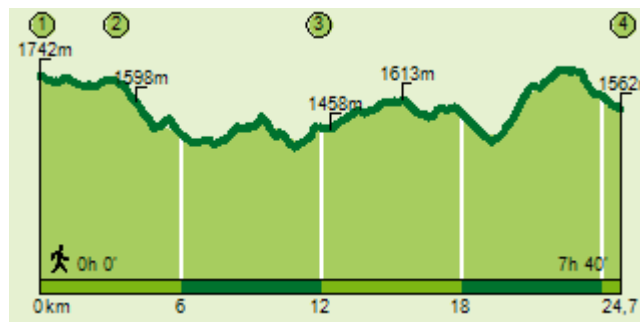
Punti di riferimento: S. Martino al Monte – Egg – Talaccio - Paflur

Consiglio: portare con sé generi uno zaino con generi alimentari

Condizione *****

Paesaggio *****

Cultura *****



La seconda tappa è una vera sfida anche per i più allenati, sia in termini di difficoltà che di lunghezza. Il sentiero n. 14 porta ai masi Egg e Forra passando poi accanto alle rovine di alcuni masi di montagna. I masi Zuckbühel e Lagar sono stati infatti abbandonati a causa della mancanza d'acqua sul Monte Sole venostano. Qui è possibile fare una sosta al maso Fisolguthof presso Castel Schlandersberg scendendo leggermente (segnavia n. 7) in direzione del Castello. Il sentiero continua in direzione dei masi Rimpfhöfe fino a Tanas all'albergo Paflur.

Funivia per S. Martino in Monte, Laces

tel. +39 0473 622212

Orario: ore 7 – ore 12.30 + ore 14 – ore 18 ogni ora (e ogni mezz'ora se ci sono 6 persone)

Aperta tutto l'anno

Ultima discesa: ore 18.30 (giugno – ottobre) e ore 18 (novembre – maggio)

Informazioni e prezzi – www.latsch-martell.it

Strutture per il pernottamento

Albergo Paflur, Tanas

Tel. +39 0473 739977

www.paflur.com – info@paflur.com

Gallo Rosso, Agriturismo in Alto Adige, Casa Gartenblick, Tanas

Tel. +39 0473 739839

haus.gartenblick@brennercom.net

Strutture per alimentarsi

Ristoro Fisolguthof

tel. +39 0473 621176

Giorno di riposo: sempre aperto

Stagione: maggio – ottobre

Ristoro Egg

tel. +39 0473 623628

Giorno di riposo: nessuno

Stagione: marzo – novembre

Alternativa alla seconda tappa - da S. Martino al Monte/Laces a Corces/Silandro (discesa a valle)

Durata: ca. 5 ore

Distanza: ca. 12 km

Dislivello salita: ca. 193 m

Dislivello discesa: ca. 1087 m

Punti di riferimento: S. Martino al Monte – Egg – roggia „Ilswaal“ - Corces

Consiglio: portare con sé uno zaino con generi alimentari

Condizione***

Paesaggio *****

Cultura ****

Per abbreviare la seconda tappa è possibile scendere a Corces. Da Castel Schlandersberg il sentiero n. 5 porta alla Chiesa di Sant'Egidio a Corces passando per la roggia "Ilswaal". La piccola cappella si erge tra gli ampi castagneti sopra Corces ed è conosciuta soprattutto per gli affreschi del XIII secolo sul muro esterno. A Corces e Silandro vi sono diverse possibilità di pernottamento. Per raggiungere Silandro, il paese più importante della Val Venosta, si segue il percorso pedonale di Corces. Il giorno seguente si dovrà percorrere il sentiero a ritroso per ritornare sull'Altavia Val Venosta. La meta della tappa è l'albergo Paflur a Tanas/Lasa.

Strutture per il pernottamento a Corces e Silandro

Associazione turistica Silandro-Lasa

tel. +39 0473 730155

www.schlanders-laas.it – info@schlanders-laas.it

Terza tappa - da Tanas/Lasa ai masi Glieshöfen di Mazia/Malles

Durata: ca. 7 ore

Distanza: ca. 22 km

Dislivello salita: ca. 1080 m

Dislivello discesa: ca. 800 m

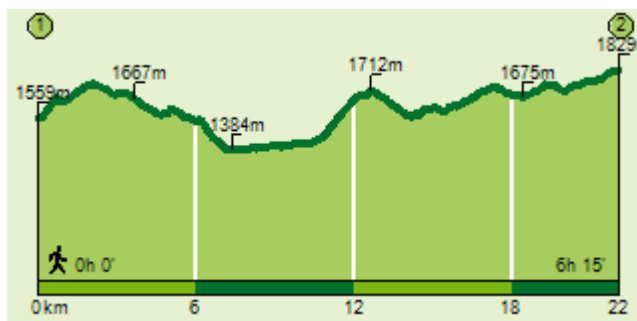
Punti di riferimento: Paflur – masi Gschneirhöfe – roggia „Gschneir Waal“ - masi Glieshöfe

Consiglio: portare con sé uno zaino con generi alimentari

Condizione*****

Paesaggio ****

Cultura ***



Dall'albergo Paflur l'Altavia Val Venosta porta in direzione Unterfrinig e Oberfrinig fino ai masi Gschneirhöfe e il ristorante Ortlerblick sopra Sluderno da cui si gode di una vista spettacolare sul gruppo dell'Ortles-Cevedale. A questo punto si consiglia di scendere a Sluderno lungo il sentiero n. 21 per visitare l'affascinante Castel Coira. Dai masi Gschneirhöfe l'Altavia segue l'omonimo sentiero delle rogge, il "Gschneir Waalweg". Costruito nel 1465, questo sentiero lungo l'antica roggia è il più alto di Sluderno e attraversa dapprima degli ampi pendii con una vista spettacolare per poi addentrarsi nel bosco di conifere. Si prosegue quindi all'ombra e si giunge fino in Val di Mazia dove si affronteranno alcuni metri di dislivello in salita. Volendo il percorso può essere abbreviato scendendo al paese di Mazia lungo il segnavia n. 23. Da Mazia i masi Glieshöfe si raggiungono in circa 30 minuti lungo una strada asfaltata. Dopo questa tappa lunga e impegnativa alla fine della Val di Mazia a 1.800 m ci si può fermare e pernottare presso i masi Glieshöfe.

Strutture per il pernottamento

Almhotel Glieshof, Mazia

tel. +39 0473 842622

www.glieshof.it - hotel@glieshof.it

Ausserglieshof Theiner

tel. +39 0473842637

www.ausserglieshof-theiner.com
info@ausserglieshof-theiner.com

Agriturismo Maso Inner-Glieshof, Mazia

tel. +39 0473 84 26 59

www.inner-glieshof.it - info@inner-glieshof.it

Agriturismo Maso Außer-Glieshof, Mazia

tel. +39 0473 842638

www.ausserglieshof.it - info@ausserglieshof.it

Area vacanze Alta Val Venosta

tel. +39 0473 831190

www.ferienregion-obervinschgau.it - info@ferienregion-obervinschgau.it

Strutture per alimentarsi

Ristoro Ortlerblick, Sluderno

tel. +39 0473 615286

Giorno di riposo: giovedì e domenica

Stagione: maggio - ottobre

Quarta tappa - Dai masi Glies presso Mazia/Malles a Planol/Malles passando per il borgo di Monteschino/Tarces

Durata: ca. 8 ½ - 9 ore

Distanza: ca. 29,4 km

Dislivello salita: ca. 1177 m

Dislivello discesa: ca. 1417 m

Punti di riferimento: masi Glieshöfe – Malga di Mazia – Malga Gonda - Monteschino - Malettes - Planol

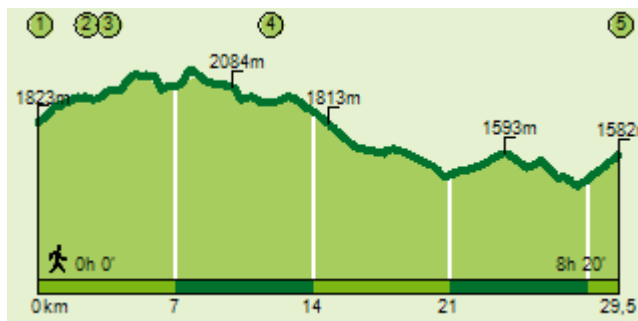
Consiglio: portare con sé uno zaino con generi alimentari

Annotazione: Le malghe non vengono gestite,

Condizione*****

Paesaggio ****

Cultura ***



La quarta tappa porta dai masi Glieshöfe a Malga di Mazia a 2.045 m, il punto di maggiore quota dell'intera Altavia Val Venosta. Lungo i pendii esposti a sudest della Val di Mazia, la tappa si snoda fino a raggiungere la piccola frazione di Monteschino/Malles. Il sentiero n. 18 porta al pittoresco abitato di Monteschino sopra Tarces. L'Altavia Val Venosta prosegue dal borgo di Monteschino a monte di Tarces fino a Malettes a monte di Malles offrendo scorci meravigliosi sul gruppo dell'Ortles e della Palla Bianca. Planol è composto da un'agglomerazione compatta di masi di montagna, questo piccolo abitato ha mantenuto il suo carattere autentico. Il borgo alpino dimostra chiaramente le difficoltà e le condizioni svantaggiate che i contadini si trovano ad affrontare giorno per giorno per sopravvivere là dove è ancora la natura a determinare il corso della vita.

Strutture per il pernottamento

Malga dei mucche mazia

Tel: +39 3351050833

Daniel.lutz999@gmail.com

Agriturismo Maso Montecin, Monteschino/Tarces

cell. +39 335 5627210

www.montecin.com – info@montecin.com

Agriturismo Maso Fichtenhof, Monteschino/Tarces

tel. +39 0473 831697

www.fichtenhof.bz.it – info@fichtenhof.bz.it

Maso Rainalterhof, Monteschino/Tarces

tel. +39 0473 831764

reinalterhof@gmail.com

Albergo Gemse, Planol

tel. +39 0473 831148

www.gasthof-gemse.it - info@gasthof-gemse.it

Pritscheshof, Planol

tel. +39 0473 840999

www.pritscheshof.net – info@pritscheshof.net

Alternativa alla quarta tappa - dai masi Glieshöfe a Mazia/Malles a Planol/Malles (arrivo della quarta tappa) passando per Piz Lun

Durata: ca. 7 ore

Distanza: ca. 21 km

Dislivello salita: ca. 1100 m

Dislivello discesa: ca. 1340 m

Punti di riferimento: masi Glieshöfe – Malga di Mazia – Malga Gonda – Piz Lun - Planol

Consiglio: portare con sé uno zaino con generi alimentari

Annotazione: percorso con tratti ripidi

Condizione*****

Paesaggio *****

Cultura ***

Degna di nota è la tappa alternativa che passa per Piz Lun. Il sentiero n. 13 porta a questa splendida vetta delle Alpi Venoste di 2.324 m, considerata una delle più belle vette panoramiche dell'Alta Val Venosta. Infine si scende a Planol, l'arrivo della quarta tappa.

Strutture per il pernottamento

Albergo Gemse, Planol

tel. +39 0473 831148

www.gasthof-gemse.it - info@gasthof-gemse.it

Pritscheshof, Planol

tel +39 0473 840999

www.pritscheshof.net - info@pritscheshof.net

Quinta tappa - da Planol/Malles alla fonte dell'Adige a Passo Resia

Durata: ca. 6 ore

Distanza: ca. 19,6 km

Dislivello salita: ca. 850 m

Dislivello discesa: ca. 880 m

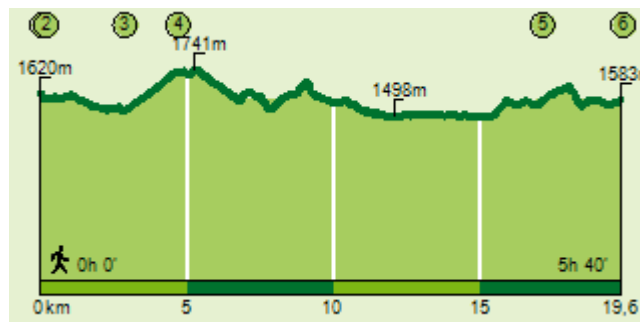
Punti di riferimento: Planol – Alsago – Piavenna – Arlund – Curon – Fonte dell'Adige

Consiglio: portare con sé uno zaino con generi alimentari

Condizione*****

Paesaggio **

Cultura ****



La quinta e ultima tappa dell'Altavia Val Venosta attraversa i piccoli abitati montani di Ultimo, Alsago e Piavenna in Alta Val Venosta. Tra Alsago e Piavenna il sentiero segue un tratto asfaltato per circa 30 minuti. Piavenna si trova all'inizio del grande cono di detriti "Malser Haide". Questa particolare località ospita l'omonima residenza signorile che con i suoi 1.730 m d'altitudine è la più alta delle Alpi ancora abitata. Il sentiero conduce a S. Valentino alla Muta, segue la passeggiata del Lago Resia passando davanti al famoso campanile immerso nell'acqua, l'attrazione più caratteristica della Val Venosta. Con la realizzazione del lago artificiale nel 1950 furono inondata il paese di Curon e alcune parti di Resia. Oggi il campanile è l'ultima testimonianza rimasta dei paesi sommersi. La meta dell'Altavia Val Venosta è la fonte dell'Adige. Da vedere è il bunker scavato nella roccia in prossimità della fonte.

Strutture per il pernottamento a Resia

Area vacanze Passo Resia

tel. +39 0473 633101

www.reschenpass.it – info@reschenpass.it

Alternativa alla quinta tappa - da Planol/Malles a S. Valentino e lungo l'Altavia Malga S. Valentino a Belpiano

Durata: ca. 7 ore

Distanza: ca. 21,4 km

Dislivello salita: ca. 1450 m

Dislivello discesa: ca. 890 m

Punti di riferimento: Planol – Ultimo – Alsago – Piavenna – Malga S. Valentino – Belpiano – Fonte dell'Adige

Consiglio: portare con sé uno zaino generi alimentari

Condizione*****

Paesaggio*****

Cultura***

La tappa alternativa da S. Valentino a Belpiano presso Resia è davvero degna di nota. La funivia Malga S. Valentino porta alla stazione a monte. Questa variante offre un panorama spettacolare sulle montagne circostanti con i maestosi ghiacciai del gruppo della Palla Bianca, mentre verso valle il Lago Resia luccica con il suo affascinante colore verde-blu. Arrivati a Belpiano la funivia porta giù al paese di Resia. Il sentiero n. 2 a porta alla meta finale dell'Altavia Val Venosta, la fonte dell'Adige. Presso le stazioni a monte di Malga S. Valentino e di Belpiano è possibile fare sosta.

Funivia Malga S. Valentino

tel. +39 0473 634628

Aperto da fine giugno a fine settembre

www.haideralm.it – info@haideralm.it

Funivia Belpiano, Resia

tel. +39 0473 633333

Aperto da inizio luglio a fine settembre

www.schoeneben.it – info@schoeneben.it

Strutture per il pernottamento a Resia

Area vacanze Passo Resia

tel. +39 0473 633101

www.reschenpass.it – info@reschenpass.it

Come raggiungere l'Altavia Val Venosta

- » Ciardes: sentiero delle rogge Ciardes nr. 3
- » Colsano: sentiero nr. 1b e nr. 3
- » Laces: funivia S. Martino, tel. +39 0473 622 212
- » Coldrano/Tiss: sentiero nr. 5
- » Vezzano: sentiero nr. 16
- » Silandro: sentiero nr. 11
- » Corzes: roggia Ilswaal nr. 5
- » Alliz: sentiero nr. 19
- » Tanas: sentiero nr. 25
- » Spondigna: sentiero nr. 22 e nr. 23a
- » Sluderno: sentiero nr. 21
- » Sluderno: sentiero nr. 21
- » Tarces: sentiero nr. 18
- » Malles: sentiero nr. 12
- » Planol, Ultimo, Alsago e Piavenna
- » Fischerhäuser/S. Valentino: sentiero nr. 3
- » S. Valentino: sentiero nr. 6

Parcheggi

- » Stava: in stazione al centro del paese, gratuito e incustodito
- » Resia: campo sportivo, gratuito e incustodito (percorrenza: ca. 10 minuti fino alla fonte dell'Adige)

Mezzi pubblici

- » Informazioni e orari su: www.sii.bz.it, www.vinschgauerbahn.it, numero verde 840 000 471

Taxi e pullman per escursionisti

- » Castebello, Bernhard Waldner, automobile da noleggio con conducente, tel. +39 335 6828514
- » Laces, Taxi Pepi, tel. +39 335 6746000
- » Coldrano, Fleischmann Raimund, tel. +39 0473 742537 o tel. +39 335 6072482
- » Silandro, Stecher Alois Franz, tel. +39 0473 730703
- » Silandro, Mobilcar, tel. +39 329 4544006, tel. +39 338 5075462 o tel. +39 0473 732478
- » Oris, Artur's Shuttleservice, tel. +39 335 7077825
- » Malles, Taraboi Armin, tel. +39 0473 831106 o tel. +39 347 7987265
- » Malles, Taxi Alta Via Venosta, tel. +39 333 5657464
- » Mazia, Thanei Fridolin, tel. +39 0473 842647 o tel. +39 335 7096222
- » Planol, Steck Franz, tel. +39 0473 831148
- » S. Valentino, Taxi Prenner, tel. +39 335 5438690
- » Resia, Taxi Elmar Raffeiner, tel. +39 0473 632078

10 REGOLE per la sicurezza in montagna

1. Pianificate la vostra gita a tavolino: informazioni su lunghezza e difficoltà sono indispensabili per la programmazione di qualsiasi escursione in montagna. Prima di partire, informate qualcuno sulla vostra meta.
2. Informatevi bene sulle previsioni del tempo: consultate il bollettino meteo e osservate attentamente qualsiasi cambiamento del tempo. In più, i gestori dei rifugi riescono a dare delle informazioni dettagliate sulla situazione meteo locale.
3. Valutate oggettivamente la vostra forma fisica e scegliete un'escursione adeguata. Partite di primo mattino e calcolate un margine di tempo sufficiente, in modo da rientrare prima dell'imbrunire.
4. Scegliete una velocità di marcia moderata e regolare. Prevedete parecchie pause, specialmente quando fate delle escursioni con bambini.

5. Bevete abbondantemente! Le bevande più adatte sono acqua, tè o succhi naturali. Si consiglia di mangiare prodotti ricchi di carboidrati e proteine, come p.es. pane integrale, frutta secca, noci ecc.
6. Scegliete l'attrezzatura adeguata – specialmente per quanto riguarda le calzature, che devono consentire un passo fermo e proteggere le articolazioni.
7. Mettete dell'abbigliamento leggero e funzionale, ma non dimenticate mai di mettere nello zaino dei capi che riparano dal freddo e dalla pioggia. Anche un piccolo kit di pronto soccorso non dovrebbe mai mancare.
8. Abbiate riguardo dei più deboli del vostro gruppo. Informate altri escursionisti circa eventuali pericoli e, se del caso, prestate il primo soccorso.
9. Rispettate la natura: evitate i rumori, non abbandonate i rifiuti e proteggete la vegetazione. Rispettate le specie protette.
10. Seguite sempre i sentieri indicati. Consultate la vostra cartina con regolarità e, in caso di dubbio, tornate indietro in tempo.

(Fonte: Provincia autonoma di Bolzano-Alto Adige, Assessorato al turismo)

Numeri di telefono utili

Centrale operativa Alto Adige 118

Informazioni alpinistiche - tel. +39 0471 999955

Informazioni meteo - tel. +39 0471 271177 - www.provincia.bz.it/meteo

Suggerimento: pacchetto per l'Altavia Val Venosta

Include il pernottamento con colazione, il trasporto bagagli, la cartina topografica per l'Altavia Venosta e la VenostaCard per il transfer al punto di partenza.

Prezzo per 3 notti: da 228,00 € a persona

Prezzo per 6 notti: da 398,00 € a persona

Per ulteriori informazioni e prenotazioni rivolgersi a:

<http://www.venosta.net/it/movimento-natura/attivi-in-estate/altavia-val-venosta.html>

Ufficio di informazioni turistiche
Val Venosta

Tel. +39 0473 620480
info@vinschgau.net

www.venosta.net/altavia-val-venosta
maps.vinschgau.net

