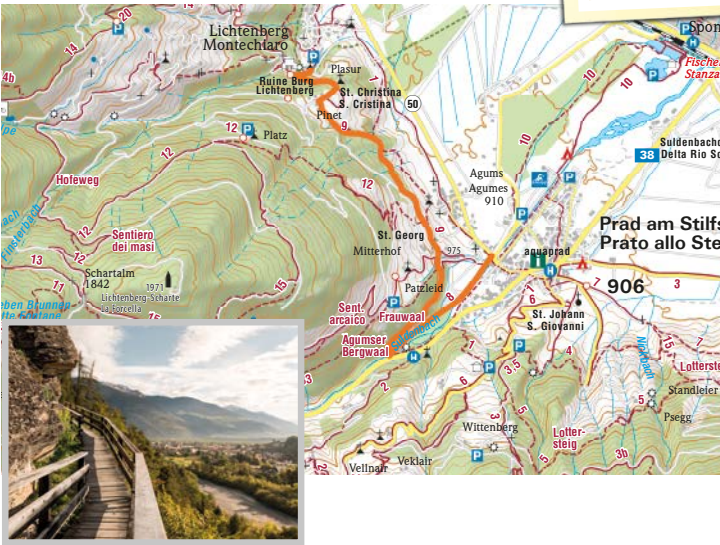


Guida escursionistica

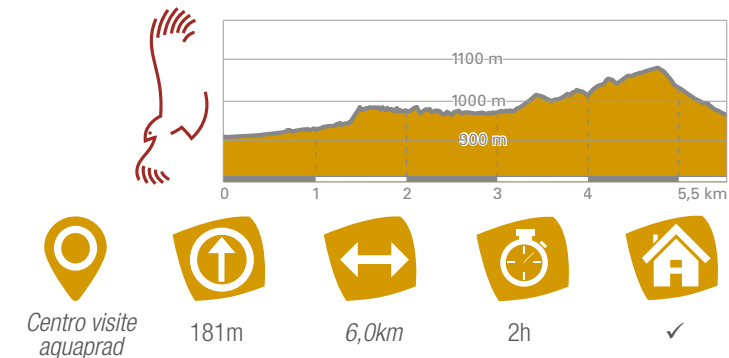
Primavera & autunno



Sentiero della roggia Frauwaal



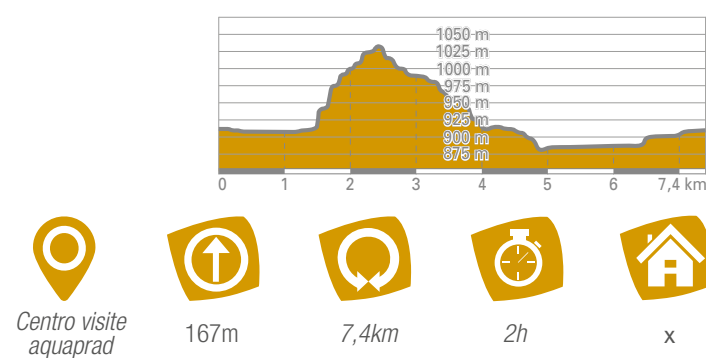
Questa escursione panoramica conduce con lieve pendenza da Prato allo Stelvio a Montechiaro, poco sopra l'ampio fondovalle. La partenza è presso il centro visite del Parco Nazionale dello Stelvio aquaprad. Attraversando il ponte sul Rio Solda e passando accanto al museo all'aperto "Schmelz", si raggiunge il sentiero n. 9. Dopo un breve tratto in salita, il percorso prosegue quasi pianeggiante tra ponti in legno e splendide vedute fino sopra la chiesa di San Giorgio ad Agumes. Si continua verso i masi Pinethöfe e, passando sotto la chiesetta di Santa Cristina, si scende infine nel borgo di Montechiaro. Per il ritorno si consiglia il sentiero n. 1. **Consiglio:** meritano una visita le rovine del Castello di Montechiaro; in alternativa si può proseguire sul sentiero n. 9 fino alla cittadina medievale di Glorenza (circa 2 h).



Sentiero culturale a Cengles – Applewalk



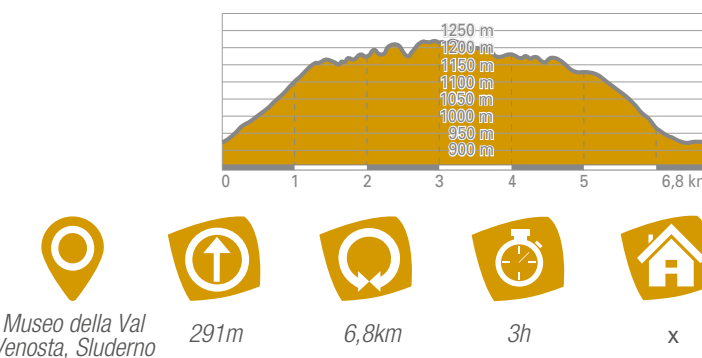
Dal Centro visite del Parco Nazionale aquaprad il percorso conduce attraverso la piazza principale fino all'estremità orientale del paese di Prato allo Stelvio. Lungo il Nittweg si raggiunge il sentiero n. 7 che, leggermente sopra il fondovalle, attraversa tradizionali coltivazioni di albicocchi, meleti e prati verdi. Superando il percorso Kneipp e la piccola chiesa di Sant'Otilia, si arriva infine nell'idilliaco borgo di Cengles. Qui il Castello di Cengles, risalente al XIV secolo, colpisce come silenzioso testimone del passato. Il ritorno avviene lungo il sentiero n. 3 e su alcuni tratti della pista ciclabile dell'Adige. **Suggerimento:** alla vasca Kneipp sul Rio Nitt vengono attribuite proprietà benefiche – perché non concludere l'escursione con un rinfrescante percorso Kneipp?



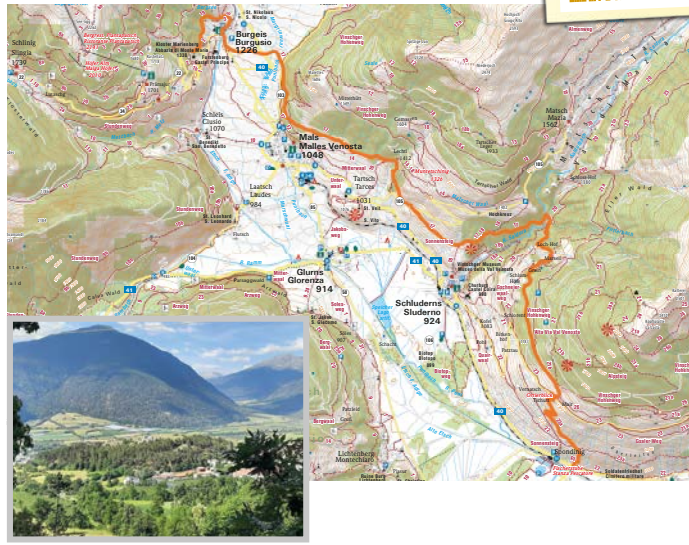
Sentieri della roggia „Leitenwaal“ e „Berkwaal“



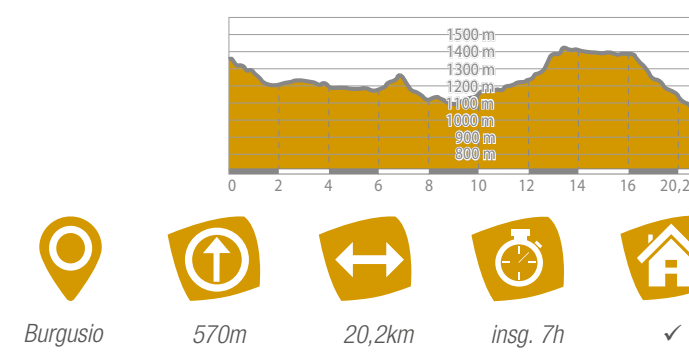
L'escursione parte dal Museo Venostano di Sluderno e prosegue verso il monte Calvario lungo il sentiero n. 18 fino all'insediamento preistorico del "Ganglegg". Sopra l'affascinante museo all'aperto inizia il Leitenwaal (n. 17), che, passando accanto a larici contorti, conduce fino a una suggestiva gola. Dopo aver attraversato il selvaggio Rio Saldura, si raggiunge l'idilliaco Berkwaal. Il ritorno si svolge lungo il sentiero n. 20, passando per la fattoria Vernalhof, scendendo verso l'imponente Castello di Coira e tornando infine al Museo Venostano. **Suggerimento:** una sosta al Castello di Coira e al Museo Venostano completa perfettamente l'escursione.



Sentiero del sole



Il sentiero tematico con splendida vista panoramica sul gruppo dell'Ortles inizia al margine occidentale di Burgusio e conduce verso l'Abbazia di Monte Maria. Durante l'escursione ci si orienta sempre seguendo i sentieri n. 17 e 22. Poco prima dell'abbazia il sentiero svolta a destra e porta all'ingresso settentrionale di Burgusio. Attraversando una parte del paese si prosegue verso il margine orientale del centro abitato, poi attraverso i campi fino al ponte in pietra e verso l'Oberwaal di Malles Venosta. Sotto le fattorie di Muntetschin il percorso segue il versante soleggiato della montagna fino al sito archeologico di Ganglegg sopra Sluderno. Si continua lungo l'idilliaco Leitenwaal, passando per i masi del Monte di Sluderno, fino a raggiungere Spondigna, dove il sentiero termina nei pressi della stazione ferroviaria.



Consigli per le giornate senza escursioni

	www.	luogo
Punti storici del paese	www.prad.info	Prato a.St.
Centro visite aquaprad	www.aquaprad.com	Prato a.St.
Centro visite naturatrafoi	www.naturatrafoi.com	Trafoi
Centro visite avimundus	www.avimundus.com	Silandro
MMM Ortles	www.messner-mountain-museum.it	Solda
Puni Whiskey Distillery	www.puni.com	Glorenza
Castel Coira	www.churburg.com	Sluderno
Museo della Val Venosta	www.vintschgermuseum.com	Sluderno
Abbazia di Marienberg	www.marienberg.it	Burgusio
Piscina Curunes	www.curunes.it	Curon
Sport+Well Malles	www.watles.net	Malles
Aquafium Laces	www.vivalatsch.it	Laces

Informazioni utili per le vs. escursioni



Mappa interattiva Val Venosta



Meteo



Autobus e ferrovia



Associazione Turistica Prato allo Stelvio
Via Croce 4c
I-39026 Prato allo Stelvio
Tel. +39 0473 61 60 34
tv@prad.info - www.prad.info

Leggenda



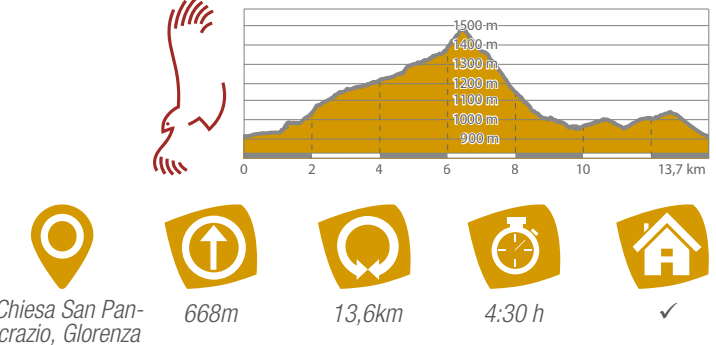
Diritti immagini: Ass. Turistica Prato allo Stelvio, Reg. turistica Ortles, Ass. Turistica Silandro-Lasa, Reg. turistica Passo Resia, Vinschgau Marketing, IDM, F. Bickler, H. Rier, P. Schwenbacher, B. Pfirscher. Copyright: Athesia Buch GmbH - geomarketing - Bozen. ISBN: 978-88-601-273-6

Sentiero della roggia
Glorenza – Montechiaro



L'escursione ad anello impegnativa inizia presso la chiesa parrocchiale di San Pancrazio a Glorenza. Da qui si segue il sentiero n. 24 e, subito dietro la chiesa, seguendo la segnaletica per la roggia Mitterwaal si svolta sul sentiero n. 9A. Dal piccolo parcheggio, sulla sinistra, inizia la salita verso la suggestiva chiesetta di San Martino. Si prosegue sul sentiero n. 24 e n. 20 fino all'accesso della roggia Bergwaal – più in basso si trova l'area di sosta Platzgangl, che invita a una pausa con possibilità di grigliata. Seguendo la roggia Bergwaal si cammina lungo il sentiero n. 20 fino al parcheggio in direzione delle baite di Montechiaro. Il sentiero n. 14 conduce in discesa, passando accanto alle rovine del castello di Montechiaro, e attraverso il sentiero n. 9 si ritorna al punto di partenza.

Consiglio: portata d'acqua da maggio a fine luglio.

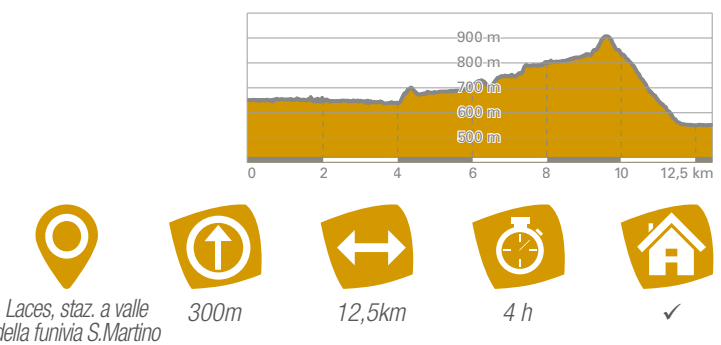


Sentiero della roggia
„Latschanderwaal“



Questa panoramica escursione lungo la roggia si snoda sui versanti soleggiati del Monte Sole della Val Venosta, da Laces fino al castello di Juval a Stava. Punto di partenza è la stazione a valle della funivia San Martino a Laces. Attraverso la roggia Latschander si cammina tra frutteti e vigneti, passando accanto al castello di Castelbello fino a Galsaun. Da qui inizia la roggia di Senales, che passando per Tarres conduce al suggestivo castello di Juval. Antiche baite della roggia e una storica campana della roggia raccontano lungo il percorso la tradizione della cultura irrigua locale. Il ritorno conduce in circa 30 minuti verso Stava, dove si trova la fermata della ferrovia della Val Venosta.

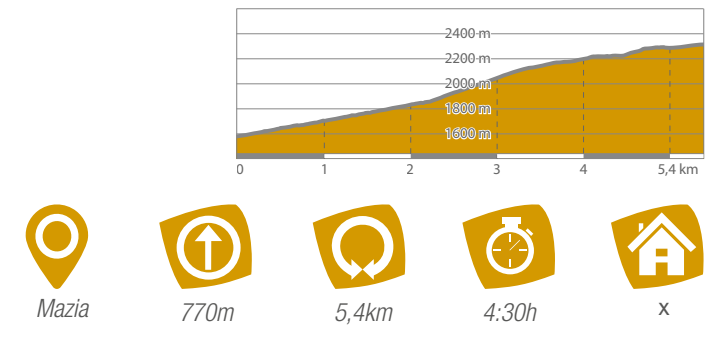
Consiglio: nel castello di Juval si trova il museo Messner Mountain dedicato al tema „Mito della montagna“.



Al Piz Lun da Mazia



Dal suggestivo villaggio alpino di Mazia, il sentiero alpino n. 13 conduce inizialmente verso ovest attraverso un bosco di montagna dal profumo intenso. Con una salita piacevole si raggiunge la piccola sella di Plantavilles, dove si aprono per la prima volta viste panoramiche mozzafiato. Da qui il percorso prosegue in modo vario – a tratti leggermente in salita, a tratti pianeggiante – lungo una lunga traversata panoramica sulla cresta del monte. Passo dopo passo si avvicina la croce di vetta della Spitzige Lun (2.324 m) fino a raggiungere il punto più alto. La fatica viene ricompensata da un magnifico panorama sul fondovalle della Val Venosta e sulle montagne circostanti – un luogo ideale per una lunga sosta. Il ritorno avviene comodamente lungo lo stesso itinerario verso Mazia.

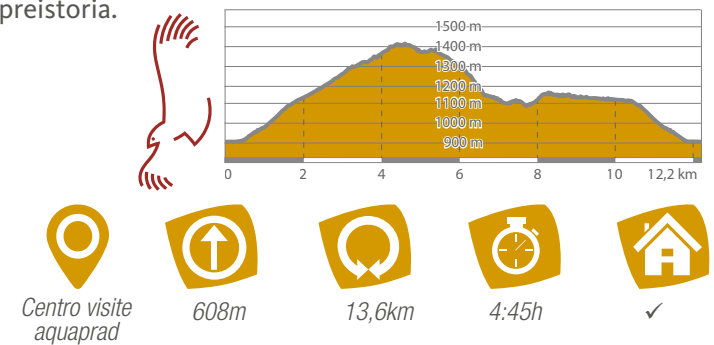


Sentiero Arcaico



Questa escursione conduce gli appassionati lungo tratti dello storico Sentiero delle Alpi, passando dal sito preistorico di “Kaschlin” fino all'antico paese montano di Stelvio. Partendo dal centro visite del Parco Nazionale aquaprad, si attraversa il ponte superiore sul rio Solda e, passando accanto ai masi “Mitterhof” e “Patzleidhof”, si segue il sentiero n. 11 e poi il n. 34 fino a raggiungere Stelvio. La discesa avviene lungo il sentiero n. 33 fino alla frazione di Ponte Stelvio. Da qui il suggestivo Bergwaal di Agumes riporta ai masi “Mitterhof” e “Patzleidhof” e prosegue fino a Prato. Durante il percorso si aprono splendide vedute sulla catena dell'Ortles. In alternativa, da Stelvio o da Ponte Stelvio si può comodamente rientrare con l'autobus.

Consiglio: una breve sosta sul colle di “Kaschlin” ricompensa con un magnifico panorama e interessanti testimonianze sulla preistoria.

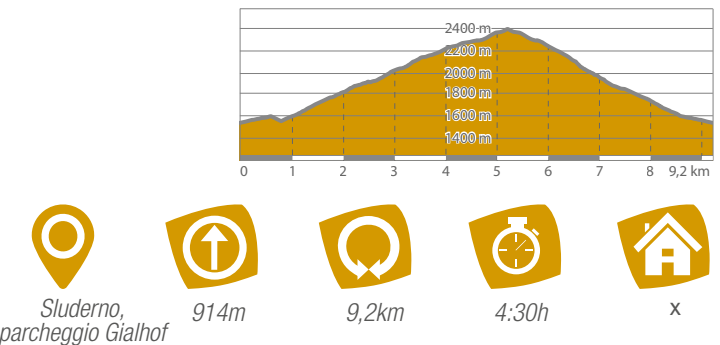


Escursione „March-“
e „Köpflplatte“

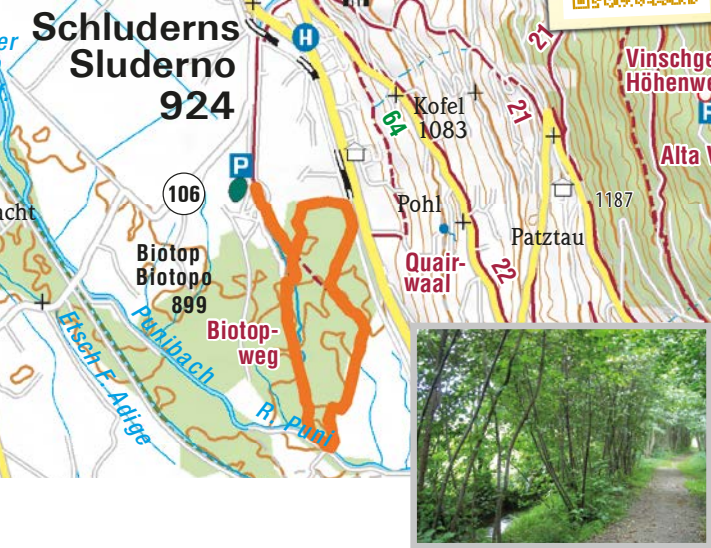


Questa impressionante escursione ad anello parte dal parcheggio presso il bivio per il maso Gialhof (1.550 m) a Sluderno e segue inizialmente una strada forestale fino a „Platzass“, proseguendo poi sul facile sentiero nel bosco n. 21B fino a „Pramasil“. Da qui il sentiero n. 21A sale costantemente fino alla „Köpfelplatte“ (2.278 m) e continua verso la spettacolare „Marchplatte“ (2.410 m). Sul sentiero n. 21 si passa accanto alla malga „Stierberg“ (non gestita) fino al „Alpköpfele“. Il percorso scende poi piuttosto ripidamente fino al sentiero n. 27, passa vicino alla malga „Inernalm“ (non gestita) e riporta al punto di partenza sopra il maso Gialhof. Un'escursione varia tra boschi silenziosi, panorami d'alta montagna e suggestivi paesaggi alpini.

Consiglio: dalla „Marchplatte“ è possibile deviare fino alla cima “Kalterer” (2.501 m).



Percorso tematico nel
biotopo di Sluderno



Il pianeggiante e in parte ombreggiato percorso naturalistico nel biotopo di Sluderno attraversa un ambiente protetto e variegato, caratterizzato da boschi di ontano, piccoli stagni tranquilli, corsi d'acqua naturali e suoli ghiaiosi. I pannelli informativi lungo il percorso circolare offrono interessanti informazioni su questo prezioso biotopo di foresta alluvionale e sulla sua ricca flora e fauna. I bambini possono noleggiare uno zainetto da esploratore presso gli uffici informazioni di Sluderno e Malles e scoprire il sentiero e le sue stazioni interattive in modo giocoso. Il punto di partenza si trova presso il campo sportivo di Sluderno; dalla stazione ferroviaria il percorso è raggiungibile in pochi minuti lungo il torrente Saldur.

Consiglio: vale la pena una deviazione nel paese di Sluderno per visitare il Museo della Val Venosta e il Castel Coira.

