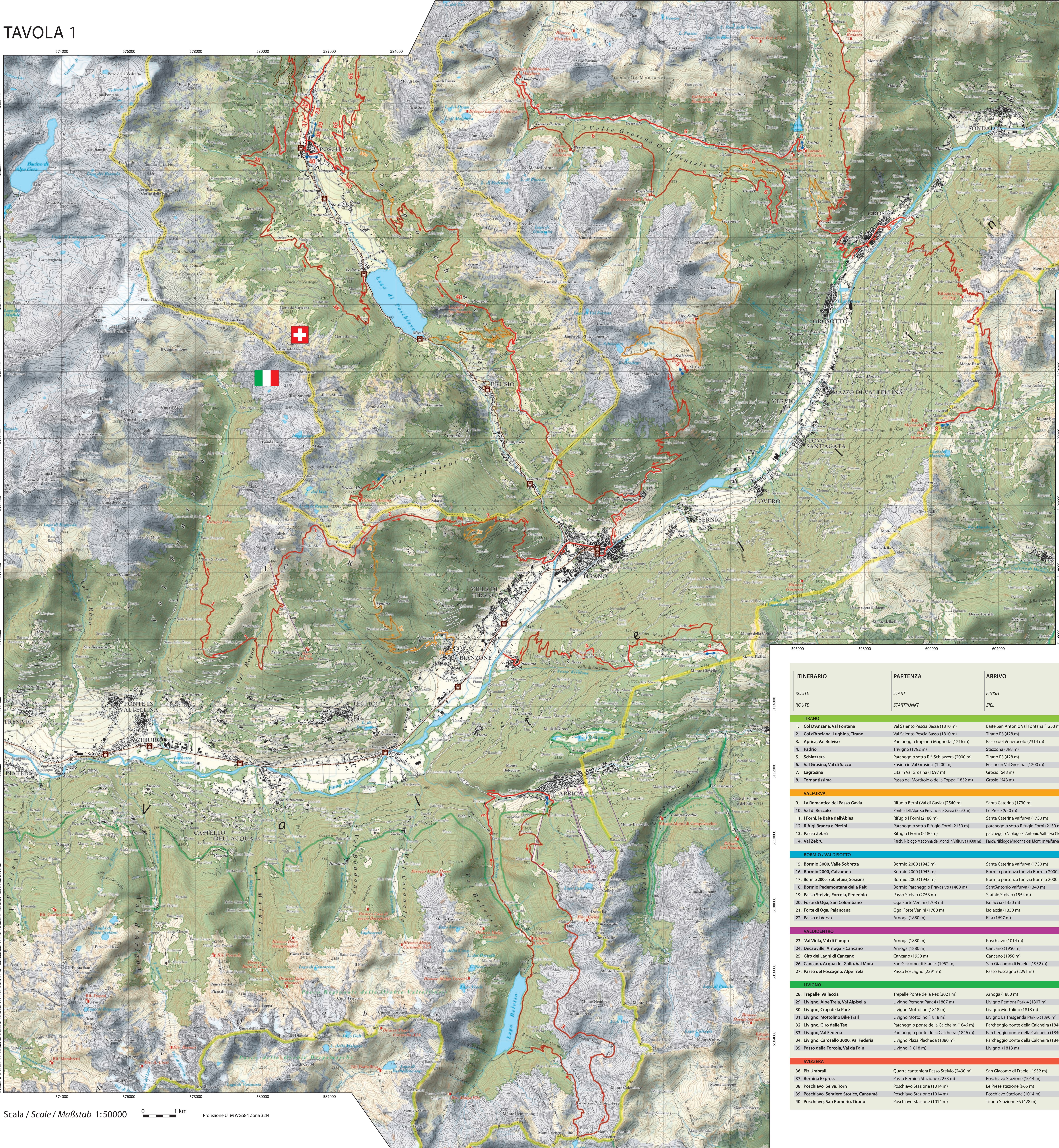
40 itinerari in Mountain Bike tra Valtellina e Valposchiavo

MAPPA SCALA 1:50000

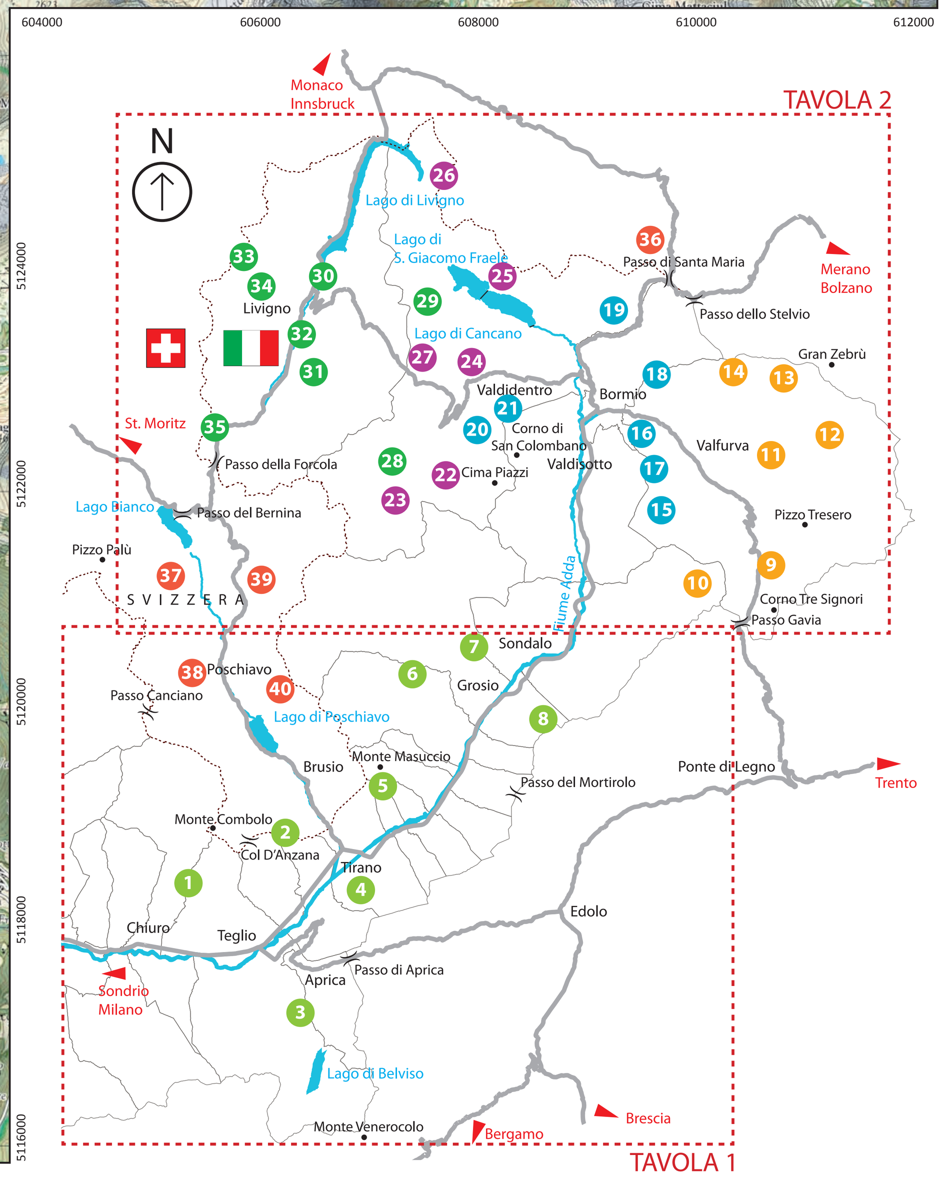
TAVOLA 1



Scala / *Scale* / *Maßstab* 1:50000 — 0 – 1 km

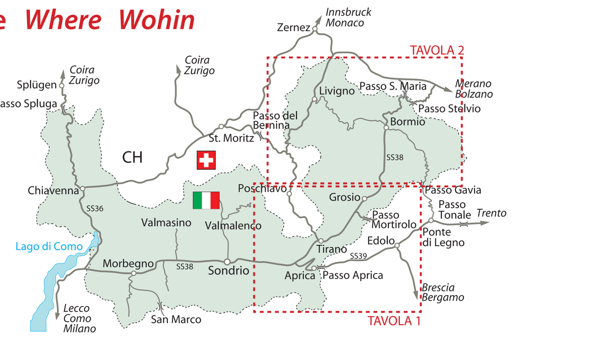
Proiezione UTM WGS84 Zona 32N

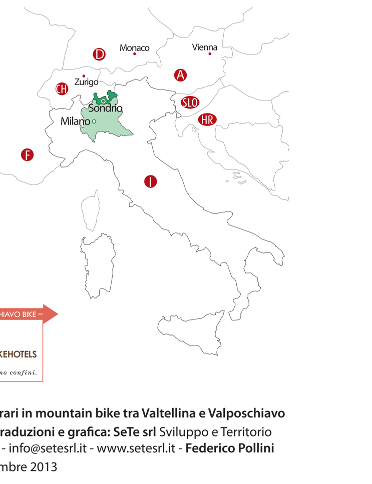
È vietata la riproduzione anche parziale in qualsiasi scala. Tutti i diritti sono riservati ©Amministrazione Provinciale di Sondrio ©SeTe Srl. Foto ©Federico Pollini



ITINERARIO / *ROUTE* / *ROUTE*	PARTENZA / *START* / *STARTPUNKT*	ARRIVO / *FINISH* / *ZIEL*	QUOTA MASSIMA (s.l.m.) / *MAXIMUM HEIGHT (masl)* / *HÖCHSTE HÖHE (M.u.d.M)*	DISLIVELLO TOTALE SALITA / *TOTAL ELEVATION GAIN* / *GESAMTE HÖHENUNTERSCHIED DES AUFSTIEGS*	DISLIVELLO TOTALE DISCESA / *TOTAL ELEVATION LOSS* / *GESAMTE HÖHENUNTERSCHIED DES ABSTIEGS*	LUNGHEZZA TOTALE / *TOTAL LENGHT* / *GESAMTLÄNGE*	TEMPO DI PERCORRENZA / *DURATION* / *DAUER*
TIRANO							
1. **Col D'Anzana, Val Fontana**	Val Saiento Pescia Bassa (1810 m)	Baite San Antonio Val Fontana (1253 m)	2240 m	880 m	1450 m	20,2 km	5 - 6 ore
2. **Col d'Anzana, Lughina, Tirano**	Val Saiento Pescia Bassa (1810 m)	Tirano FS (428 m)	2233 m	480 m	1850 m	16 km	4 - 5 ore
3. **Aprica, Val Belviso**	Parcheggio Impianti Magnolta (1216 m)	Passo del Venerocolo (2314 m)	2320 m	1550 m	1550 m	35,4 km	6 - 8 ore
4. **Padrio**	Trivigno (1792 m)	Stazzona (398 m)	1898 m	100 m	1500 m	14,3 km	2 - 3 ore
5. **Schiazzera**	Parcheggio sotto Rif. Schiazzera (2000 m)	Tirano FS (428 m)	2210 m	210 m	1780 m	14,2 km	2 - 3 ore
6. **Val Grosina, Val di Sacco**	Fusino in Val Grosina (1200 m)	Fusino in Val Grosina (1200 m)	1970 m	1050 m	1050 m	33,6 km	4 - 5 ore
7. **Lagrosina**	Eita in Val Grosina (1697 m)	Grosio (648 m)	2020 m	550 m	1560 m	17 km	3 - 4 ore
8. **Tornantissima**	Passo del Mortirolo o della Foppa (1852 m)	Grosio (648 m)	2500 m	650 m	1850 m	18,2 km	4 - 6 ore
VALFURVA							
9. **La Romantica del Passo Gavia**	Rifugio Berni (Val di Gavia) (2540 m)	Santa Caterina (1730 m)	2540 m	80 m	900 m	9,8 km	2 - 3 ore
10. **Val di Rezzalo**	Ponte dell'Alpe su Provinciale Gavia (2290 m)	Le Prese (950 m)	2460 m	220 m	1550 m	18,7 km	3 - 4 ore
11. **I Forni, le Baite dell'Ables**	Rifugio I Forni (2180 m)	Santa Caterina Valfurva (1730 m)	2390 m	220 m	670 m	8,8 km	1 - 2 ore
12. **Rifugi Branca e Pizzini**	Parcheggio sotto Rifugio Forni (2150 m)	parcheggio sotto Rifugio Forni (2150 m)	2703 m	800 m	800 m	13,6 km	3 - 4 ore
13. **Passo Zebrù**	Rifugio I Forni (2180 m)	parcheggio Niblogo S. Antonio Valfurva (1600 m)	3001 m	830 m	1400 m	19,8 km	6 - 7 ore
14. **Val Zebrù**	Parch. Niblogo Madonna dei Monti in Valfurva (1600 m)	Parch. Niblogo Madonna dei Monti in Valfurva (1600 m)	2160 m	570 m	570 m	17,8 km	2 - 3 ore
BORMIO / VALDISOTTO							
15. **Bormio 3000, Valle Sobretta**	Bormio 2000 (1943 m)	Santa Caterina Valfurva (1730 m)	3012 m	1250 m	1450 m	20 km	6 - 8 ore
16. **Bormio 2000, Calvarana**	Bormio 2000 (1943 m)	Bormio partenza funivia Bormio 2000 (1200 m)	2130 m	350 m	1100 m	17 km	2 - 3 ore
17. **Bormio 2000, Sobrettina, Sorasina**	Bormio 2000 (1943 m)	Bormio partenza funivia Bormio 2000 (1200 m)	2310 m	310 m	1100 m	13,8 km	3 - 4 ore
18. **Bormio Pedemontana della Reit**	Bormio Parcheggio Pravasivo (1400 m)	Sant'Antonio Valfurva (1340 m)	1735 m	600 m	640 m	14,4 km	2 - 3 ore
19. **Passo Stelvio, Forcola, Pedenolo**	Passo Stelvio (2758 m)	Statale Stelvio (1554 m)	2838 m	600 m	1750 m	24,6 km	5 - 6 ore
20. **Forte di Oga, San Colombano**	Oga Forte Venini (1708 m)	Isolaccia (1350 m)	2480 m	800 m	1150 m	16,6 km	4 - 5 ore
21. **Forte di Oga, Palancana**	Oga Forte Venini (1708 m)	Isolaccia (1350 m)	1885 m	250 m	620 m	8,5 km	1 - 2 ore
22. **Passo di Verva**	Arnoga (1880 m)	Eita (1697 m)	2301 m	530 m	720 m	13,4 km	3 - 4 ore
VALDIDENTRO							
23. **Val Viola, Val di Campo**	Arnoga (1880 m)	Poschiavo (1014 m)	2489 m	630 m	1500 m	29,5 km	4 - 5 ore
24. **Decauville, Arnoga - Cancano**	Arnoga (1880 m)	Cancano (1950 m)	1950 m	100 m	0 m	13 km	1 - 2 ore
25. **Giro dei Laghi di Cancano**	Cancano (1950 m)	Cancano (1950 m)	1970 m	100 m	100 m	19,6 km	2 - 3 ore
26. **Cancano, Acqua del Gallo, Val Mora**	San Giacomo di Fraele (1952 m)	San Giacomo di Fraele (1952 m)	2318 m	600 m	600 m	25,6 km	4 - 5 ore
27. **Passo del Foscagno, Alpe Trela**	Passo Foscagno (2291 m)	Passo Foscagno (2291 m)	2349 m	800 m	800 m	18,4 km	3 - 4 ore
LIVIGNO							
28. **Trepalle, Vallaccia**	Trepalle Ponte de la Rez (2021 m)	Arnoga (1880 m)	2614 m	600 m	750 m	15,2 km	4 - 5 ore
29. **Livigno, Alpe Trela, Val Alpisella**	Livigno Pemont Park 4 (1807 m)	Livigno Pemont Park 4 (1807 m)	2295 m	850 m	850 m	27 km	4 - 5 ore
30. **Livigno, Crap de la Parè**	Livigno Mottolino (1818 m)	Livigno Mottolino (1818 m)	2394 m	600 m	600 m	16,8 km	2 - 3 ore
31. **Livigno, Mottolino Bike Trail**	Livigno Mottolino (1818 m)	Livigno La Tresgenda Park 6 (1890 m)	2434 m	800 m	730 m	15,4 km	3 - 4 ore
32. **Livigno, Giro delle Tee**	Parcheggio ponte della Calcheira (1846 m)	Parcheggio ponte della Calcheira (1846 m)	2030 m	900 m	900 m	17,8 km	3 - 4 ore
33. **Livigno, Val Federia**	Parcheggio ponte della Calcheira (1846 m)	Parcheggio ponte della Calcheira (1846 m)	2210 m	460 m	460 m	12,5 km	2 - 3 ore
34. **Livigno, Carosello 3000, Val Federia**	Livigno Plaza Placheda (1880 m)	Parcheggio ponte della Calcheira (1846 m)	2737 m	970 m	1000 m	15,4 km	5 - 6 ore
35. **Passo della Forcola, Val da Fain**	Livigno (1818 m)	Livigno (1818 m)	2476 m	1200 m	1200 m	51 km	6 - 8 ore
SVIZZERA							
36. **Piz Umbrail**	Quarta cantoniera Passo Stelvio (2490 m)	San Giacomo di Fraele (1952 m)	3033 m	850 m	1400 m	26 km	6 - 7 ore
37. **Bernina Express**	Passo Bernina Stazione (2253 m)	Poschiavo Stazione (1014 m)	2280 m	20 m	1280 m	14,3 km	2 - 3 ore
38. **Poschiavo, Selva, Torn**	Poschiavo Stazione (1014 m)	Le Prese stazione (965 m)	1640 m	880 m	920 m	19,6 km	3 - 4 ore
39. **Poschiavo, Sentiero Storico, Cansumè**	Poschiavo Stazione (1014 m)	Poschiavo Stazione (1014 m)	1790 m	1060 m	1060 m	25,7 km	4 - 5 ore
40. **Poschiavo, San Romerio, Tirano**	Poschiavo Stazione (1014 m)	Tirano Stazione FS (428 m)	1906 m	1050 m	1620 m	29 km	5 - 6 ore

Dove *Where* *Wohin*





Tutti gli itinerari in formato **gpx** e **kml** sono disponibili sul sito **www.altarezia.eu**

Mappa distribuita in allegato alla guida: 40 itinerari in mountain bike tra Valtellina e Valposchiavo
Elaborazione base cartografica, progettazione, traduzioni e grafica: SeTe srl Sviluppo e Territorio
Sondrio - Via Don Bosco, 6b - tel +39 0342 200296 - info@setesrl.it - www.setesrl.it - **Federico Pollini**
Stampa: Bonazzi - Sondrio **Prima edizione:** dicembre 2013

Legenda *Legend* *Zeichenerklärung*

- Strada statale / *State Highway / Staatsstraße*
- Strada provinciale / *Main road / Landstraße*
- Strada comunale / *Secondary road / Gemeindestraße*
- Strada forestale/campestre / *Forest road / country road / Forststraße / Feldstraße*
- Sentiero / *Trail / Trail*
- Ferrovia / *Railway / Eisenbahn*
- Impianto di risalita / *Lift / Aufstiegsanlage*
- Confine di Stato / *National border / Staatsgrenze*
- Confine Provincia di Sondrio / *Border of Sondrio Province / Grenze der Provinz Sondrio*
- Confine di Provincia / *Province border / Provinzgrenze*
- Confine di parco/riserva / *Park or nature reserve border / Grenze eines Parks oder eines Naturschutzgebietes*
- Rifugio gestito o non gestito / *managed or not managed mountain hut / bewirtschaftete oder nicht bewirtschaftete Berghütte*
- Bivacco / *Bivouac / Biwak*
- 10 Numero itinerario / *Route number / Nummer der Route*
- Punto di partenza e senso di marcia / *Starting point and direction / Startpunkt und Richtung*
- Itinerario su viabilità principale / *Route on main roads / Route auf Hauptstraßen*
- Itinerario su viabilità secondaria / *Route on secondary roads / Route auf Nebenstraßen*
- Itinerario su sentiero / *Route on trails / Route auf Trail*
- 10 Numero variante, punto di partenza e senso di marcia / *Alternative way number, starting point and direction / Nummer des alternativen Wegs, Startpunkt und Richtung*
- Variante su viabilità principale / *Alternative way on main roads / Alternativer Weg auf Hauptstraßen*
- Variante su viabilità secondaria / *Alternative way on secondary roads / Alternativer Weg auf Nebenstraßen*
- Variante su sentiero / *Alternative way on trails / Alternativer Weg auf Trail*

Sullo stato di mantenimento ed eventuali inesattezze di percorsi e cartografia non ci si assume responsabilità. Saremo in ogni caso ben lieti di ricevere segnalazioni di integrazioni o correzioni alla mappa.

Numeri utili *Useful phone numbers* *Notrufnummern*

Ambulanza soccorsi / *Ambulance - First aid / Krankenwagen - Erste Hilfe:* 118 ITA - 144 CH

Polizia / *Police / Polizei:* 112 ITA - 117 CH

Rega: 1414 CH

Soccorso Alpino / *Alpine rescue service / Bergrettungsdienst:* 118 ITA

Informazioni Turistiche *Infopoint* *Infopunkt*

Consorzio per la Destinazione Turistica Valtellina
Corso Vittorio Veneto, 28 - 23100 Sondrio
tel. +39 0342 215921
web: www.valtellina.it
e-mail: info@valtellina.it

Valtellinaturismo Tirano
Piazzetta Quadrio - 23037 Tirano (SO)
tel. +39 0342 706066
web: www.valtellinaturismo.com
e-mail info@valtellinaturismo.com

Bormio Marketing - Ufficio Informazioni di Bormio
Via Roma, 131b - 23032 Bormio (SO)
web: www.altarezia.eu
e-mail: info@altarezia.eu

APT Livigno
via Saroch, 1098 Plaza Placheda - 23030 Livigno (SO)
tel. +39 0342 052200
fax +39 0342 052229
web: www.livigno.eu
e-mail: info@livigno.eu

Poschiavo Turismo
Poschiavo (CH)
tel. +41 818440571
web: www.valposchiavo.ch

Alta Rezia Bike Hotel

Una rete di bike hotel in Valtellina e in Valposchiavo, oltre a fornire preziose informazioni sugli itinerari, offre agli appassionati della mtb una serie di servizi: riparo sicuro per la bici, panche e scarpiere, un'officina per interventi meccanici, lavanderie per l'abbigliamento tecnico, trasporto bagagli.

L'elenco aggiornato di tutti i bike hotel certificati Alta Rezia al sito: www.altarezia.eu/bikehotels/

www.valtellina.it