



IT

ESCURSIONI NELL'EUREGIO SUL SENTIERO A LUNGA PERCORRENZA E5

SCOPRI GLI ITINERARI





Sui territori del Tirolo storico, oggi Euregio Tirolo-Alto Adige-Trentino, il sentiero escursionistico a lunga percorrenza E5 manifesta tutto il suo spirito europeo, congiungendo fra loro culture e tradizioni diverse, oltre che un'ampia varietà di ambienti e paesaggi. I percorsi toccano qui maestose vette montuose e dolci vallate, attraversano estesi pascoli d'alta quota e propaggini alpine.

TIROLO - ALTO ADIGE - TRENTINO







IN CAMMINO NELL'EUREGIO

Le Tappa indubbiamente più emozionanti e suggestive del sentiero europeo E5 si snodano sui territori dell'Euregio, con itinerari attraverso il Tirolo austriaco, l'Alto Adige-Südtirol e il Trentino.

SCOPRI I DETTAGLI

TAPPE

TAPPA 1

📍 SPIELMANNSAU → HOLZGAU

+ Tempo: 6.30 h	+ Lunghezza: 13,50 km
+ Salita: 1.009 M	+ Discesa: 898 M

TAPPA 2

📍 BACH → RIFUGIO MEMMINGER

+ Tempo: 2.25 h	+ Lunghezza: 3,6 km
+ Salita: 805 M	+ Discesa: 1 M

TAPPA 3

📍 RIFUGIO MEMMINGER → ZAMS

+ Tempo: 6.45 h	+ Lunghezza: 13,6 km
+ Salita: 395 M	+ Discesa: 1.865 M

TAPPA 4

📍 ZAMS → GLANDERSPITZE → WENNS

+ Tempo: 11.30 h	+ Lunghezza: 19,40 km
+ Salita: 1.799 M	+ Discesa: 1.575 M

TAPPA 5

📍 MITTELBERG → AREA SCIISTICA RETTENBACH

BIS MAUTSTELLE:

+ Tempo: 7.00 h	+ Lunghezza: 13,80 km
+ Salita: 1.271 M	+ Discesa: 975 M

BIS SKIGEBIET:

+ Tempo: 5.30 h	+ Lunghezza: 8,40 km
+ Salita: 1.263 M	+ Discesa: 322 M

TAPPA 6

📍 SÖLDEN → ZWIESELSTEIN

+ Tempo: 5.30 h	+ Lunghezza: 12,40 km
+ Salita: 775 M	+ Discesa: 663 M

TAPPA 7

📍 ZWIESELSTEIN → MOSO IN PASSIRIA

+ Tempo: 8.45 h	+ Lunghezza: 20,9 km
+ Salita: 1.040 M	+ Discesa: 1.483 M

TAPPA 8

📍 MOSO IN PASSIRIA → MALGA PFANDLER

+ Tempo: 6.30 h	+ Lunghezza: 15,3 km
+ Salita: 989 M	+ Discesa: 682 M

TAPPA 9

📍 MALGA PFANDLER → RIFUGIO HIRZER

+ Tempo: 4.00 h	+ Lunghezza: 7,4 km
+ Salita: 868 M	+ Discesa: 210 M

TAPPA 10

📍 RIFUGIO HIRZER → MERANO 2000

+ Tempo: 5.45 h	+ Lunghezza: 10,4 km
+ Salita: 823 M	+ Discesa: 845 M

TAPPA 11

📍 MERANO 2000 → SAN GENESIO

+ Tempo: 6.30 h	+ Lunghezza: 21,8 km
+ Salita: 370 M	+ Discesa: 1.258 M

TAPPA 12

📍 SAN GENESIO → NOVA PONENTE

+ Tempo: 9.30 h	+ Lunghezza: 23,6 km
+ Salita: 1.360 M	+ Discesa: 1.068 M

TAPPA 13

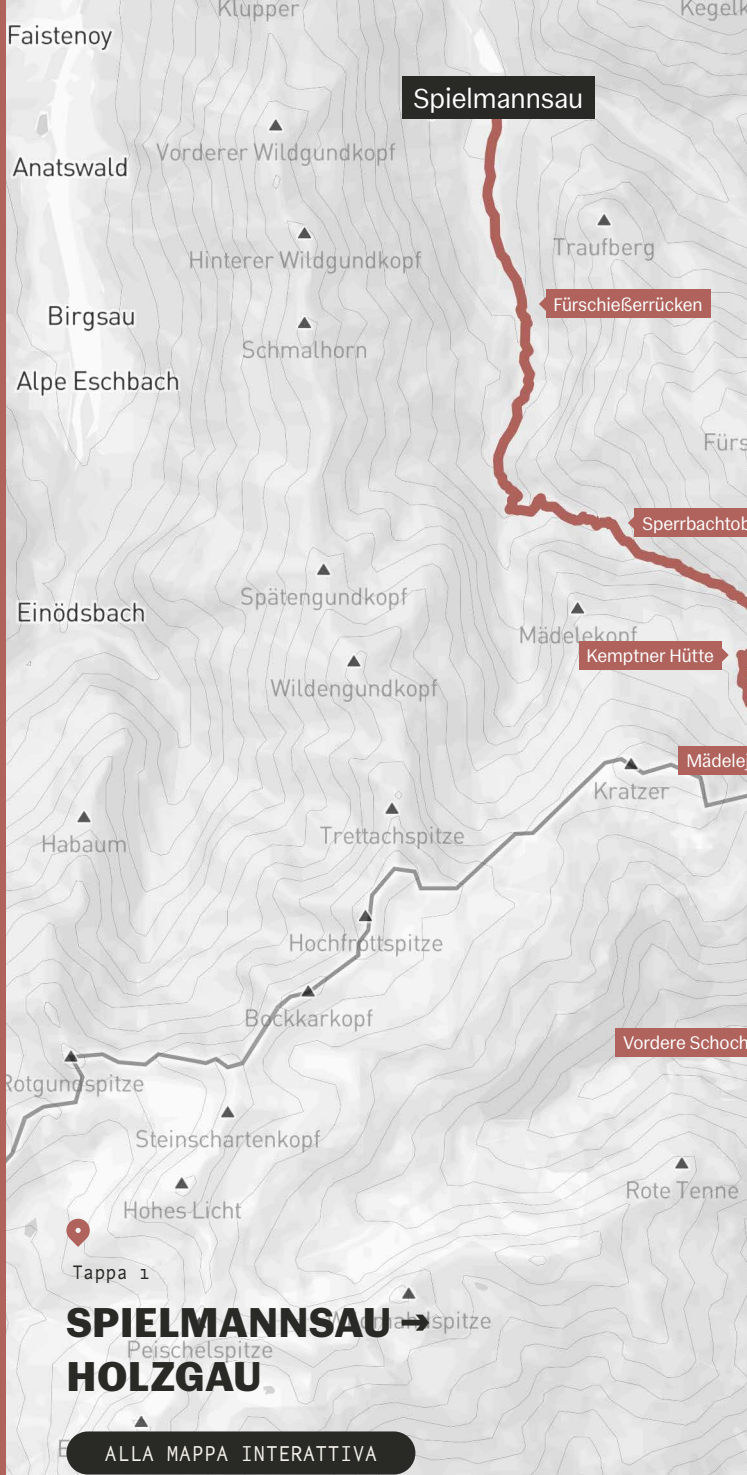
📍 NOVA PONENTE → REDAGNO DI SOPRA

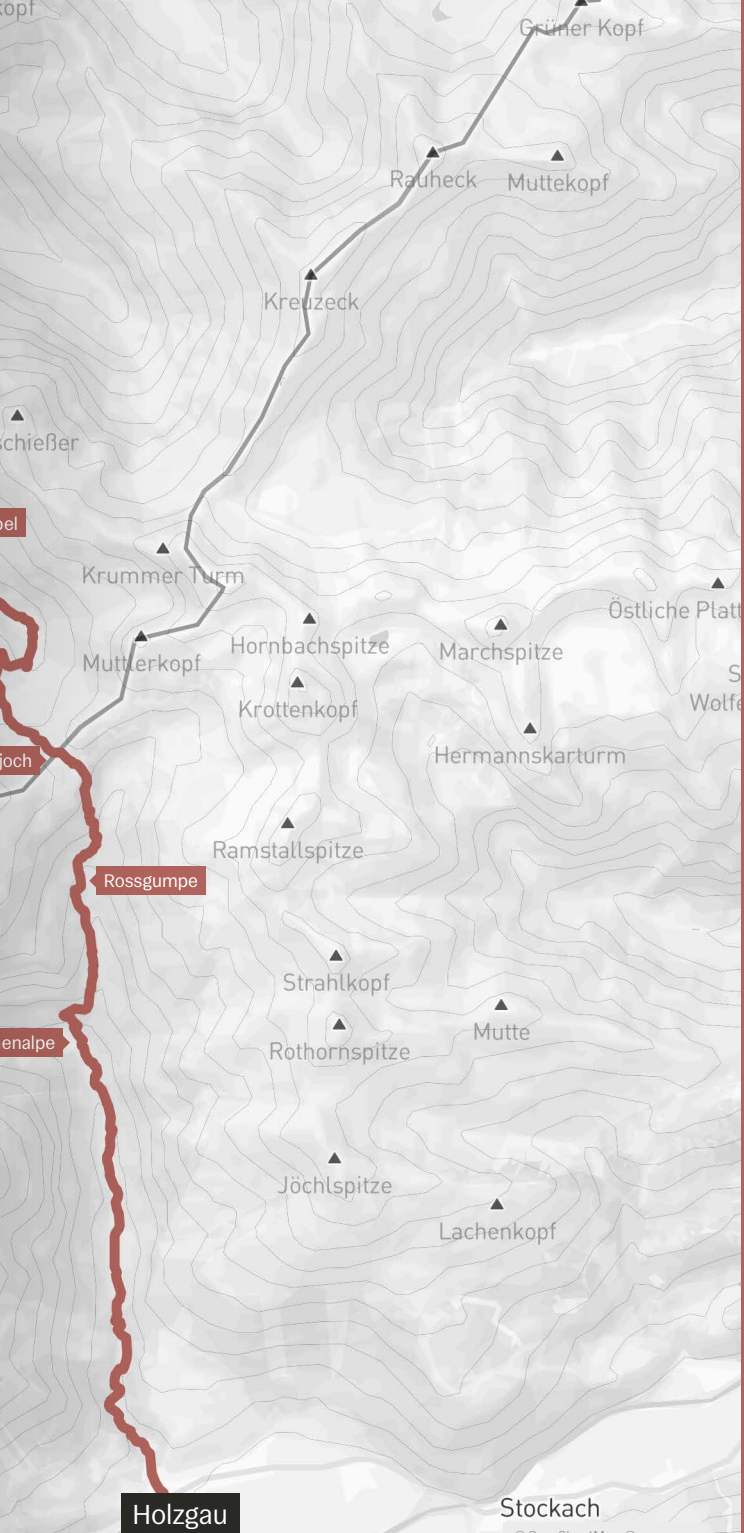
+ Tempo: 4.15 h	+ Lunghezza: 12,4 km
+ Salita: 564 M	+ Discesa: 368 M

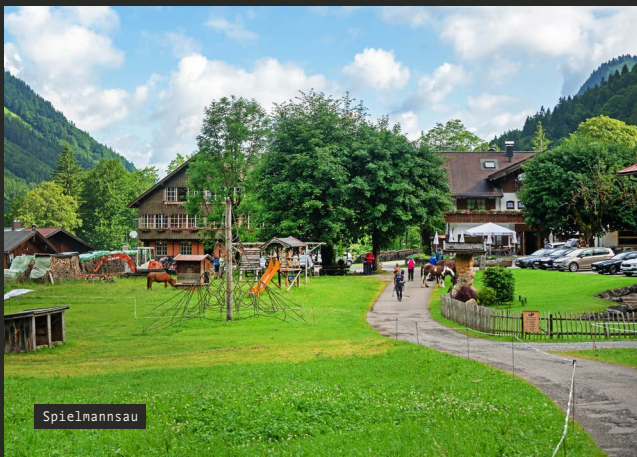
TAPPA 14

📍 REDAGNO DI SOPRA → CAURIA

+ Tempo: 7.15 h	+ Lunghezza: 20,1 km
+ Salita: 846 M	+ Discesa: 1.066 M



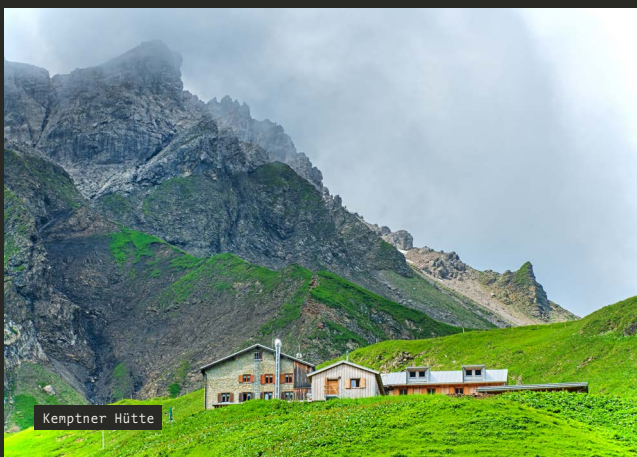




Spillmannsau



Maedelejoch



Kemptner Hütte



Tappa 1

SPIELMANNSAU → HOLZGAU

+ Difficoltà: media

+ Tempo: 6.30 H

+ Lunghezza: 13,5 km

+ Salita: 1.009 m

+ Discesa: 898 m

+ Punto più alto: 1.973 m

+ Punto più basso: 992 m

Attraversamento delle Alpi dell'Allgäu da Oberstdorf alla valle del Lech (itinerario originale E5)

Il sentiero europeo E5 è una vera e propria traversata alpina che porta a superare una cresta montuosa dopo l'altra. Anche la tappa in partenza da Oberstdorf, nella zona bavarese dell'Allgäu, non fa eccezioni. Anzi, conduce subito a valicare le Alpi dell'Allgäu, addentrandosi poi nella valle tirolese del fiume Lech. Preparati all'idea di affrontare la più nota delle traversate alpine, si potrebbe inizialmente rimanere delusi dalle poche indicazioni e dalla scarsa spettacolarità del pur idilliaco borgo di Spielmannsau, comodamente raggiungibile con autobus di linea da Oberstdorf. La salita al Rifugio Kemptner Hütte presenta frequentemente tratti di faticosa pendenza su un sentiero piuttosto accidentato. Prima di raggiungere gli spettacolari pascoli d'alta quota con la loro incredibile distesa di fiori, è necessario affrontare alcuni passaggi esposti, attraversabili comunque in sicurezza grazie alla presenza di funi di acciaio. Una sosta al Rifugio Kemptner Hütte è in ogni caso consigliabile prima di salire, senza eccessiva pendenza, al passo Mädelejoch che porta a valicare il confine con l'Austria. Il primo tratto della discesa lungo l'alta valle dell'Höhenbachtal è nuovamente piuttosto scosceso, ma già a partire dall'alpeggio dell'Obere Roßgumpenalm si sposta su una carrareccia di comoda percorrenza. Sia la Untere Roßgumpenalm sia il Café Uta invitano a una pausa, prima di proseguire verso Holzgau (E5 Taxi, negozi sportivi e alimentari, ristorazione, alloggi).

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

[Nota: informazioni aggiornate sui parcheggi a lunga sosta a Oberstdorf sono disponibili qui. Poiché Oberstdorf è facilmente raggiungibile in treno e i costi di parcheggio sono piuttosto elevati, si consiglia in ogni caso di arrivare in treno.]

Dalla stazione degli autobus di Oberstdorf (di fronte alla stazione ferroviaria) si prende un minibus fino al capolinea nel piccolo villaggio di Spielmannsau. L'accesso al rifugio Kemptner Hütte e al percorso E5 non è segnalato. Si segue la stretta strada asfaltata, passando accanto alla malga Sennalpe, fino al primo bivio. Qui si svolta a destra (cartello "Kemptner Hütte, E5") e si prosegue fino alla stazione a valle della teleferica per materiali. Un cartello indica di svoltare a destra. La salita verso il rifugio Kemptner Hütte è faticosa, in alcuni tratti anche piuttosto ripida e nell'ultima parte leggermente esposta (cavi di sicurezza). Dal rifugio si può individuare chiaramente il percorso successivo (segnaletica "Holzgau, E5") verso il Mädelejoch. Si sale comodamente fino al passo e ai vari bivi si seguono sempre le indicazioni per Holzgau. Proprio al Mädelejoch si attraversa il confine con l'Austria e si scende inizialmente in modo piuttosto ripido nella valle Höhenbachtal. Poco dopo l'Obere Roßgumpenalpe si incontra una comoda strada carrozzabile. In un tornante si seguono le indicazioni per la Untere Roßgumpenalpe (possibilità di ristoro). Si continua la discesa lungo la strada sterrata fino al Café Uta, un'altra opportunità di sosta.

Al bivio direttamente presso il café, la strada forestale conduce a Holzgau. Si passa accanto alla cascata Simmswasserfall e si raggiunge il centro del paese di Holzgau in circa 30 minuti. Qui si conclude la tappa.

ATTRATTIVE

- + Attraversamento del passo Mädelejoch con vista sulle Alpi dell'Allgäu

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + Kemptner Hütte: rifugio alpino nel cuore della cresta principale dell'Allgäu, a quota 1.846 m (propone specialità gastronomiche con possibilità di alloggio)
- + Untere Roßgumpenalm: piccola malga ideale per una sosta, si trova a quota 1.329 m
- + Café Uta: per deliziosi momenti in compagnia, a quota a 1.280 m nella valle dell'Höhenbachtal a Holzgau

PERNOTTAMENTO

- + Kemptner Hütte: rifugio alpino nel cuore della cresta principale dell'Allgäu, a quota 1.846 m (propone specialità gastronomiche con possibilità di alloggio)

PERIODO CONSIGLIATO

GIU LUG AUG SET

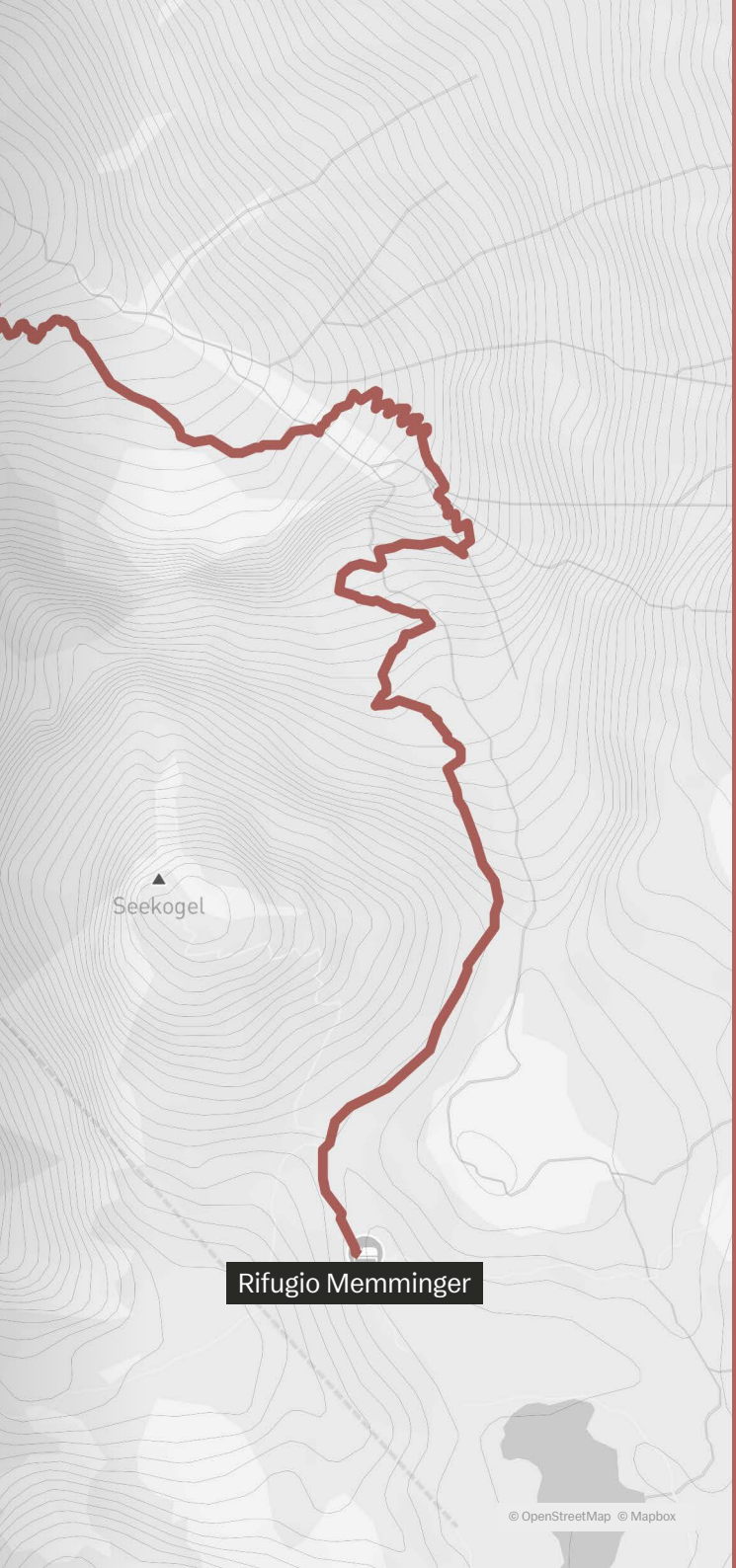
Bach

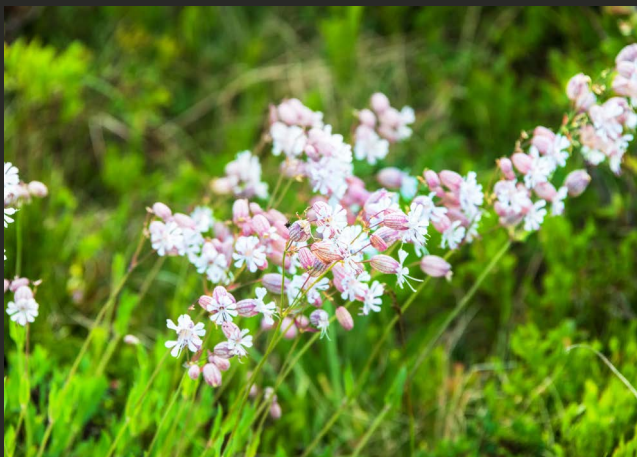
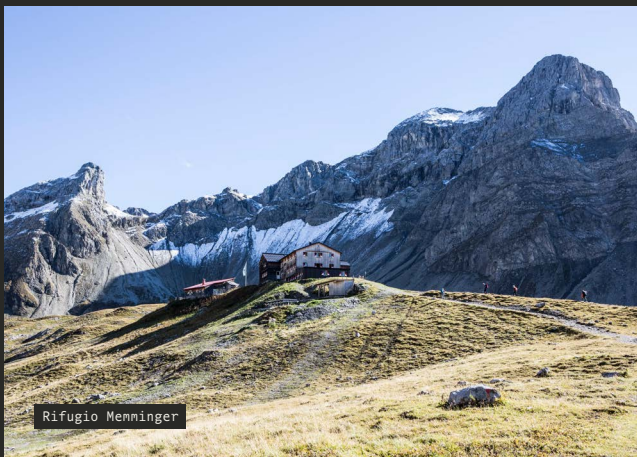


Tappa 2

BACH → RIFUGIO MEMMINGER

ALLA MAPPA INTERATTIVA







Tappa 2

BACH → RIFUGIO MEMMINGER

+ Difficoltà: difficile

+ Tempo: 2.25 h

+ Lunghezza: 3,6 km

+ Salita: 805 m

+ Discesa: 1 m

+ Punto più alto: 2.240 m

+ Punto più basso: 1.435 m

A Holzgau c'è la possibilità di prendere l'E5 Taxi per raggiungere Bach o proseguire fino a Madau. La fermata si trova presso il Gasthof Bären. Per chi preferisce camminare da Holzgau a Madau invece di prendere il taxi, dal centro del paese di Holzgau si segue la strada in direzione del fiume Lech. Si prosegue sul percorso asfaltato e, dopo circa 1 km, si svolta a destra attraversando il ponte verso Stockach. Si attraversa il ponte sul Sulzlbach e poi, al bivio, si tiene la destra. All'incrocio subito successivo si prosegue dritto. Dopo circa 200 m su un sentiero tra i prati, il percorso continua lungo il margine del bosco fino a poco prima dell'abitato di Bach. Al bivio si svolta a destra entrando nella valle di Madau.

Il tratto da Bach al Rifugio Memminger attraversa la Valle del Lech e risale la Valle Madau fino a raggiungere l'alta montagna delle Alpi del Lech. Il punto di partenza è il centro del paese di Bach, da cui si può proseguire a piedi attraverso la Valle Par-seier fino alla stazione a valle della funivia di servizio, oppure utilizzare il taxi-bus fino a quella stazione. Da qui inizia la vera e propria salita al Rifugio Memminger, situato a 2.242 metri di altitudine.

Il percorso segue inizialmente una strada forestale nella Valle Madau, prima che dal punto della funivia un sentiero ripido a tornanti inizi a salire. Passando accanto a cascate, prati alpini e pendii aperti, si guadagna rapidamente quota. Con l'aumentare dell'altitudine il paesaggio diventa sempre più alpino, fino a quando il Rifugio Memminger appare su una terrazza naturale. Dal punto di vista tecnico, il percorso non presenta difficoltà, ma richiede buona resistenza a causa del dislivello.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

Il tratto inizia nel centro di Bach. Chi utilizza il taxi-bus raggiunge direttamente la stazione a valle della funivia del Rifugio Memminger. Da lì parte il sentiero segnalato. Chi parte a piedi segue inizialmente il sentiero sterrato della Valle Madau verso la stazione. Il percorso a piedi richiede circa due-tre ore e si sviluppa prevalentemente su un ampio sentiero alpino lungo piccoli torrenti e prati.

Arrivati alla funivia, si sistema lo zaino e si inizia la vera salita. Il sentiero sale a tornanti prima attraverso boschi, poi raggiunge pascoli aperti. Torrenti e piccole cascate accompagnano il percorso, mentre la vegetazione passa da boschi ombrosi a prati alpini fioriti.

Oltre il limite del bosco, il sentiero prosegue su pendii aperti e tratti rocciosi minori; il percorso è ben segnalato e indicato con cartelli "Memminger Hütte". Vari punti panoramici offrono splendide vedute sulla Valle del Lech e sui picchi circostanti.

Dalla stazione a valle ci vogliono circa tre-quattro ore per raggiungere il Rifugio Memminger, oppure cinque-sei ore partendo da Bach. Il rifugio si trova a 2.242 metri su una terrazza sopra la Valle Parseier.

ATTRATTIVE

- + Valle Madau: valle idilliaca con prati e ruscelli, ingresso ideale alla montagna.
- + Cascate e ruscelli: piccole cascate accompagnano la salita e offrono ottimi spunti fotografici.

- + Prati alpini fioriti: in estate una varietà di fiori alpini con ampie vedute sulla Valle del Lech.
- + Panorama su Hochvogel e Alpi del Lech: vette caratteristiche lungo il percorso.
- + Rifugio Memminger: a 2.242 m, offre splendide viste sulla Valle Parseier e una sosta ideale.

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + Berggasthaus Hermine (Madau): poche centinaia di metri dal sentiero, a circa 1.300 m, aperto in estate (fine maggio - inizio ottobre) con cucina tipica alpina.
- + Rifugio Memminger: a 2.242 m, con gestione, terrazza soleggiata, cibo e bevande per escursionisti.

PERNOTTAMENTO

- + Bach: diversi alberghi e pensioni, ad es. Gasthof Klapf, appartamenti, ideale come base di partenza.
- + Madau / Berggasthaus Hermine: piccolo rifugio con camere, situato prima della funivia, aperto stagionalmente.
- + Rifugio Memminger: direttamente al termine della tappa a 2.242 m, posti letto in dormitorio e gestione, prenotazione consigliata.

PERIODO CONSIGLIATO

GIU LUG AUG SET



Variante al tracciato originale E5

BACH / MADAU → RIFUGIO ANSBACHER HÜTTE

ALLA MAPPA INTERATTIVA

Greitjochspitze

Muttlerkopf

Etlerkopf

Mittelrücken

Hintere Alperschonalpe

euerspitze

Fallenbacherspitze

Fallenbacher Turm

Knappenbodensee

erseespitze

Alperschonbach

Stierkopf

Kopfscharte

Samspitze

Rifugio Ansbacher Hütte





Variante al tracciato originale E5

BACH / MADAU → RIFUGIO ANSBACHER HÜTTE

+ Difficoltà: media

+ Tempo: 5.30 h

+ Lunghezza: 11,50 km

+ Salita: 1.228 m

+ Discesa: 86 m

+ Punto più alto: 2.464 m

+ Punto più basso: 1.254 m

Dal fiume Lech alle alture alpine della Lechtal fino al Rifugio Ansbacher Hütte

La seconda tappa del sentiero europeo E5 è al tempo stesso la prima della traversata delle Alpi della Lechtal, una cresta montana rude e suggestiva da scoprire lungo una splendida variante al tracciato principale, passante per il Rifugio Memminger Hütte. Perché? Innanzitutto perché il sentiero che passa per il Rifugio Ansbacher Hütte è di difficoltà leggermente più moderata e si snoda su vie montane segnalate come rosse (media difficoltà); secondariamente perché il sentiero passante per il Rifugio Ansbacher Hütte è nettamente meno affollato. E in terzo luogo perché, dal punto di vista paesaggistico, questa variante è semplicemente meravigliosa.

Per garantirsi di avere tempo a sufficienza per ammirare il paesaggio si coprirà la prima parte della tappa, un po' monotona, che attraversa la valle fino a Madau, approfittando del servizio navetta. Una volta scesi dal mezzo, si potrà imboccare subito il sentiero per il Rifugio Ansbacher Hütte che si dirama dal percorso principale dell'E5: dopo un tratto di strada asfaltata e un altro di strada bianca si raggiunge l'alpeggio della Hintere Alperschonalpe (con possibilità di ristoro in baita). Poco prima del pascolo alpino, che si estende sull'altro lato del ruscello, il sentiero segnalato svolta per il Rifugio Ansbacher Hütte. La valle va facendosi più ampia fino a diventare una solitaria vallata alpina d'alta quota. Soprattutto nella parte superiore della salita, dalla pendenza costante ma non eccessivamente ripida, si gode di una splendida veduta sullo scenario montano circostante. Dal passo Flarschjoch, il punto più alto dell'ascesa, il Rifugio Ansbacher Hütte è presto raggiunto lungo un breve tratto in discesa e regalerà una magnifica vista sulle montagne dell'Arlberg e sull'Hoher Riffler che, con i suoi 3.168 m, troneggia maestoso proprio di fronte al rifugio.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

Considerata la monotonia del tratto di strada necessario per raggiungere Madau lungo l'omonima vallata si consiglia di assolvere la parte iniziale della tappa servendosi del taxi navetta che, in partenza da Holzgau, collega Madau con una fermata

intermedia anche a Bach (Taxi Feuerstein: prenotazione richiesta il giorno prima, con segnalazione all'autista che si intende recarsi al Rifugio Ansbacher Hütte o all'Alperschonalpe). Alternativamente, in partenza da Bach, è possibile raggiungere Madau a piedi, in due ore buone, camminando in parte su una strada asfaltata e in parte su un sentiero escursionistico.

La fermata del taxi per la valle di Madau, opportunamente indicata, si trova prima del ponte e del bivio per Madau e per la locanda montana Berggasthaus Hermine. Proseguendo sulla strada e oltrepassato il ponte, dopo un breve tratto in salita si imbroccherà a destra la carrabile asfaltata per i pascoli dell'Alperschonalpe (segnavia "Ansbacher Hütte"). Si camminerà quindi un bel po' sulla strada, guadagnando solo pochi metri di quota. A regalare un certo sollievo sarà quindi la fine del tratto asfaltato, seguito dalla strada bianca che conduce fin poco sotto all'alpeggio superiore (Obere Alperschonalpe). All'altezza del nuovo segnavia per il Rifugio Ansbacher Hütte, si imbroccherà sulla sinistra una via con tratti piuttosto scoscesi che si insinua nella valle, per poi scendere fino al corso del rio Alperschönbach, attraversato da un ponte. Da questo punto in poi sarà impossibile sbagliare strada: un buon sentiero in continua ascesa ci condurrà, passando per la baita Lärchwaldhütte (di proprietà privata), fino a un altipiano e all'alta via della Lechtal, con tavole segnaletiche. Anche ai bivi successivi si continueranno a seguire le indicazioni per il Rifugio Ansbacher Hütte. Il tratto del percorso che sale poi al passo Flarschjoch è nuovamente piuttosto lungo, tornando ad essere molto ripido negli ultimi metri. La discesa dall'altro lato è, al contrario, facile e comoda, permettendo di raggiungere in breve tempo la meta della giornata.

ATTRATTIVE

- + Escursione attraverso la valle dell'Alperschontal e vista a 360° dal Rifugio Ansbacher Hütte

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + Alperschonalpe: baita tradizionale a quota 1.670 m nella valle dell'Alperschontal

PERNOTTAMENTO

- + In zona ci sono diversi posti in cui fermarsi per mangiare e dormire; per maggiori informazioni si consiglia di rivolgersi all'ufficio turistico locale www.lechtal.at

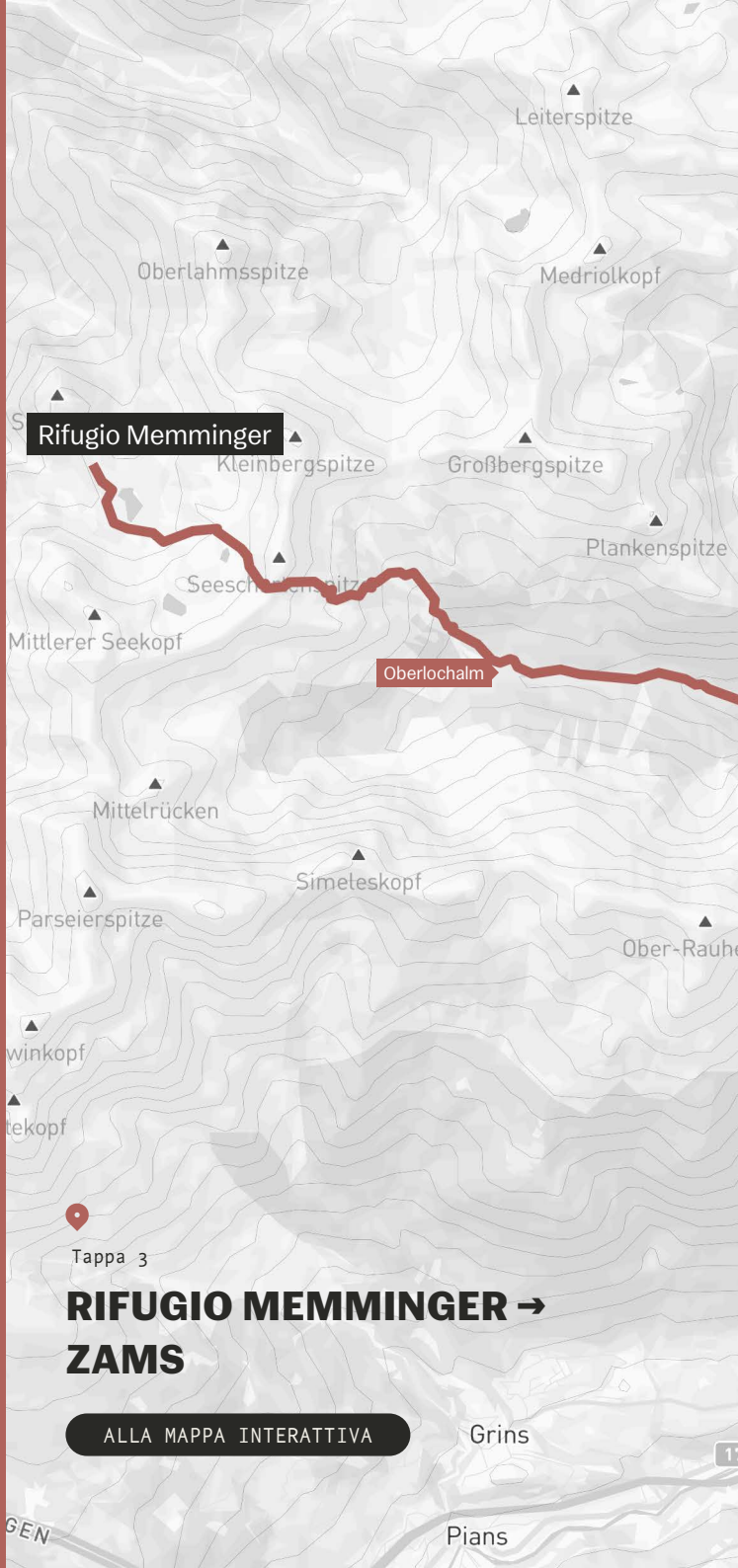
PERIODO CONSIGLIATO

GIU

LUG

AUG

SET



Rifugio Memminger

Kleinbergspitze

Großbergspitze

Plankenspitze

Oberlochalm

Mittelrücken

Simeleskopf

Parseierspitze

Ober-Rauhe

Winkopf

Stekopf

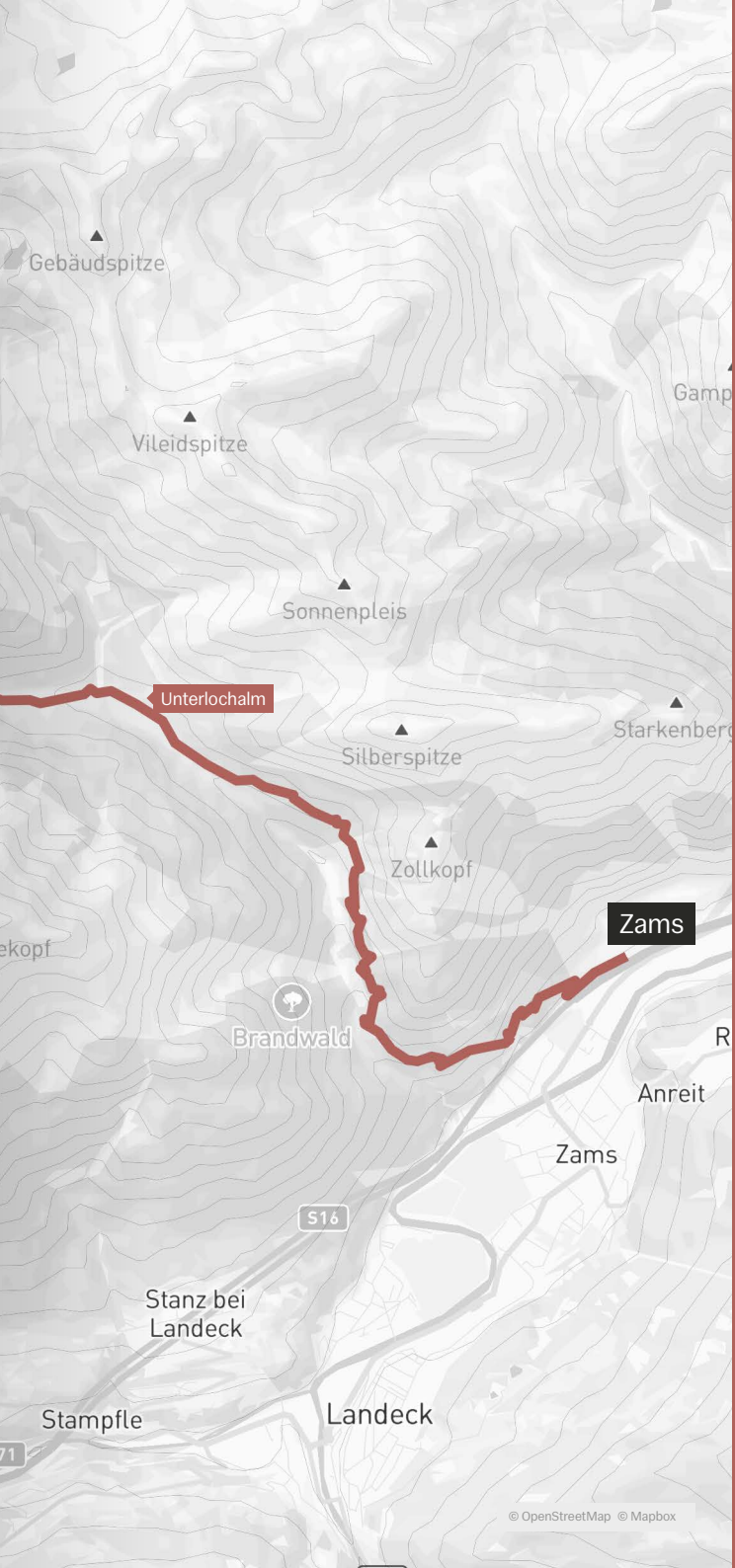
Tappa 3

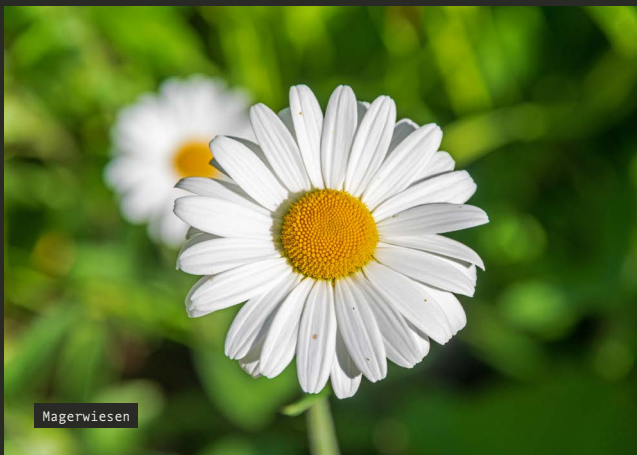
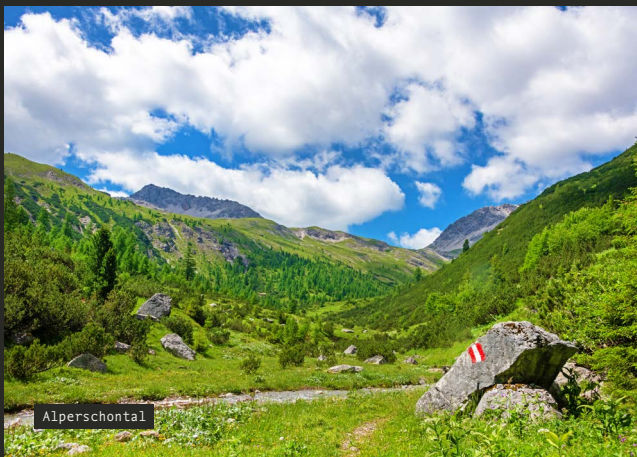
RIFUGIO MEMMINGER → ZAMS

ALLA MAPPA INTERATTIVA

Grins

Pians







Tappa 3

RIFUGIO MEMMINGER → ZAMS

+ Difficoltà: media

+ Tempo: 6.45 h

+ Lunghezza: 13,6 km

+ Salita: 395 m

+ Discesa: 1.865 m

+ Punto più alto: 2.599 m

+ Punto più basso: 767 m

Tra il Rifugio Memminger Hütte e la località tirolese di Zams, il sentiero europeo a lunga percorrenza E5 riserva agli escursionisti spettacoli e momenti particolarmente suggestivi: come l'ascesa alla forcella Seescharte (2.599 m), innanzitutto, ma anche l'impegnativa discesa nella forra dello Zammer Loch, tra acque impetuose, fino a valle. Una tappa che richiede senz'altro passo fermo, ma che non deluderà i patiti dell'avventura.

Dall'estate del 2025, il tratto che dalla parete Burschlwand si spinge fino a Zams si sviluppa su un nuovo tracciato segnalato. Il sentiero verso la cappella delle contadine (Bäuerinnenkapelle) è invece chiuso. Il percorso di discesa a valle passa ora per la cava di ghiaia di Zams. Da inizio giugno a fine settembre, una comoda navetta a pagamento conduce gli escursionisti dal parcheggio della cava fino in centro e alla stazione a valle della seggiovia Rifenalbahn: perfetta per riposare un po' le gambe o per dare subito inizio alla prossima avventura.

Modifiche al tracciato (dall'estate 2025)

Dall'estate del 2025, il tratto che dalla parete Burschlwand si spinge fino a Zams si sviluppa su un nuovo tracciato segnalato. Il sentiero verso la cappella delle contadine (Bäuerinnenkapelle) è invece chiuso. Il percorso di discesa a valle passa ora per la cava di ghiaia di Zams.

Navetta E5

Dal parcheggio della cava di ghiaia, una navetta a pagamento in funzione da inizio giugno a fine settembre conduce gli escursionisti fino in centro a Zams e alla stazione a valle della seggiovia Rifenalbahn.

Alternativa

Rifugio Memminger Hütte – Malga Zammer Alm / Rifugio sciistico Rifugio sciistico Zammer / Rifugio in vetta

Chi ha ancora forza nelle gambe potrà allungare l'escursione scegliendo tra diverse opzioni. Direttamente dal paese, il sentiero dei prati (Wiesensteig) sale alla Malga Zammer Alm (1.760 m) e poi al Rifugio sciistico Rifugio sciistico Zammer (1.750 m). Gli escursionisti più allenati potranno spingersi anche fino al rifugio in vetta al monte Krahberg (2.208 m).

Volendo, è anche possibile coprire questo tratto servendosi dell'impianto di risalita. La seggiovia Rifenalbahn porta infatti gli escursionisti fino alla Malga Zammer Alm e al Rifugio sciistico Rifugio sciistico Zammer. Da qui è possibile proseguire a bordo della seggiovia Weinbergbahn fino al rifugio in cima al monte Krahberg. Attenzione ad informarsi bene sugli orari di apertura degli impianti (www.venet.at).

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

In partenza dal Rifugio Memminger Hütte, il percorso tocca dapprima lo specchio d'acqua inferiore dello Seewisee, sulla sinistra del sentiero. Su un tratto montano relativamente impervio, in parte assicurato da funi, si sale fino alla forcella Seescharte (2.599 m) che funge da accesso alla forra Zammer Loch. Dalla forcella, il sentiero scende ripido nella gola, raggiungendo il fondo dopo circa un'ora. Prosegue quindi, passando per le malghe Oberlochalm (1.819 m) e Unterlochalm (1.567 m), fra boschi e rocce, su uno stretto sentiero che conduce verso Zams.

Dal pianoro detto Burschlboden, zona verde con splendida vista sulle località di Zams, Landeck e sul monte Krahberg, si scende quindi su un ripido sentiero a zig-zag fino al parcheggio della cava di ghiaia, punto di partenza della navetta E5, e

raggiungibile in una quarantina di minuti. Il mezzo consente agli escursionisti di raggiungere comodamente il centro di Zams e la stazione a valle della seggiovia Rifenalbahn.

ATTRATTIVE

- + Magnifica veduta sulle Alpi della Lechtal
- + Incantevole valle in alta quota

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

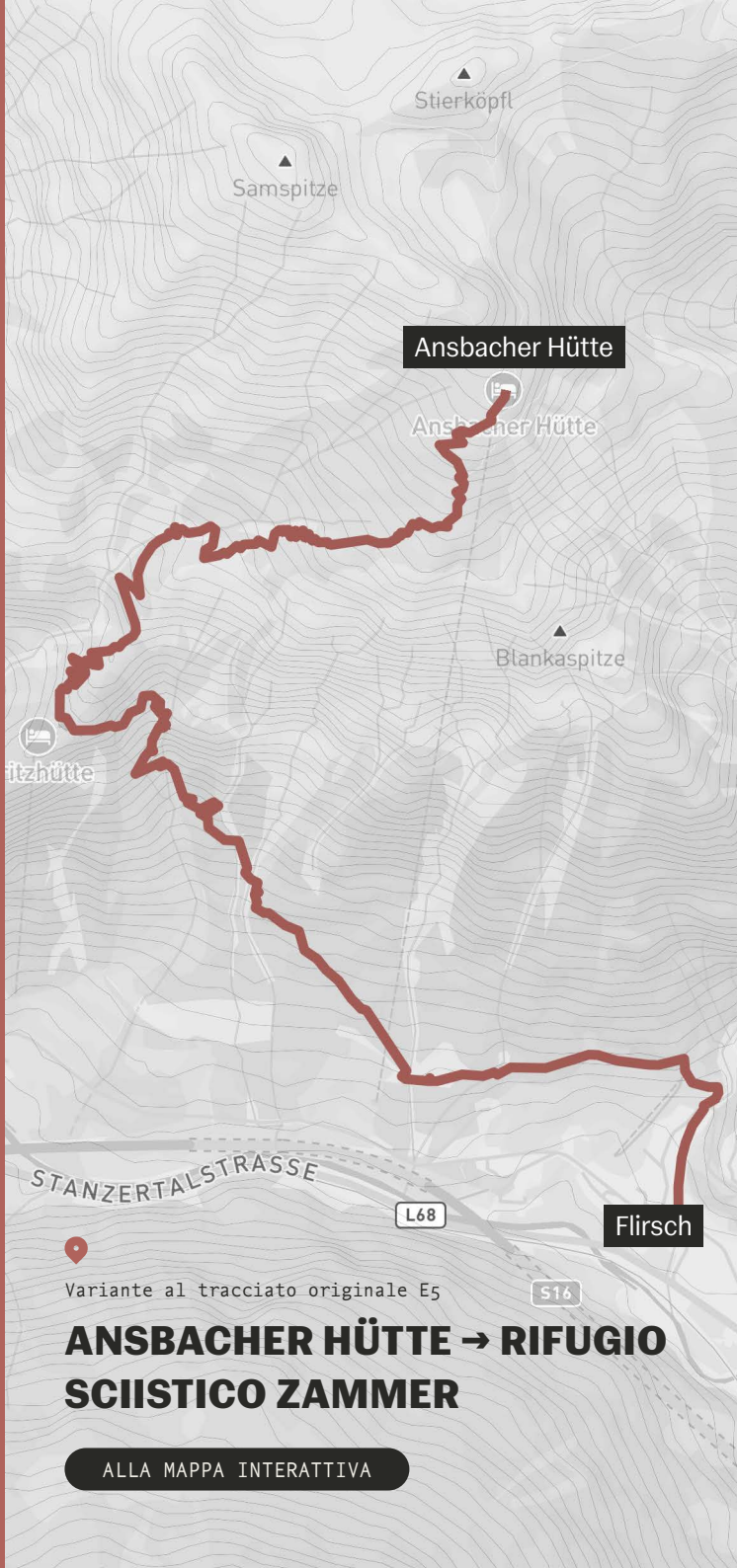
- + Lungo il tragitto fino a Zams nessuna possibilità di ristoro
- + A Zams sono invece presenti diversi locali e strutture gastronomiche con possibilità di alloggio. Per maggiori informazioni si consiglia di rivolgersi all'ufficio turistico locale.

PERNOTTAMENTO

- + A Zams ci sono diversi posti in cui fermarsi per mangiare e dormire; per maggiori informazioni si consiglia di rivolgersi all'ufficio turistico locale.
- + Malga Zammer Alm
- + Rifugio sciistico Rifugio sciistico Zammer
- + Rifugio in vetta al monte Krahberg (Gipfelhütte)

PERIODO CONSIGLIATO

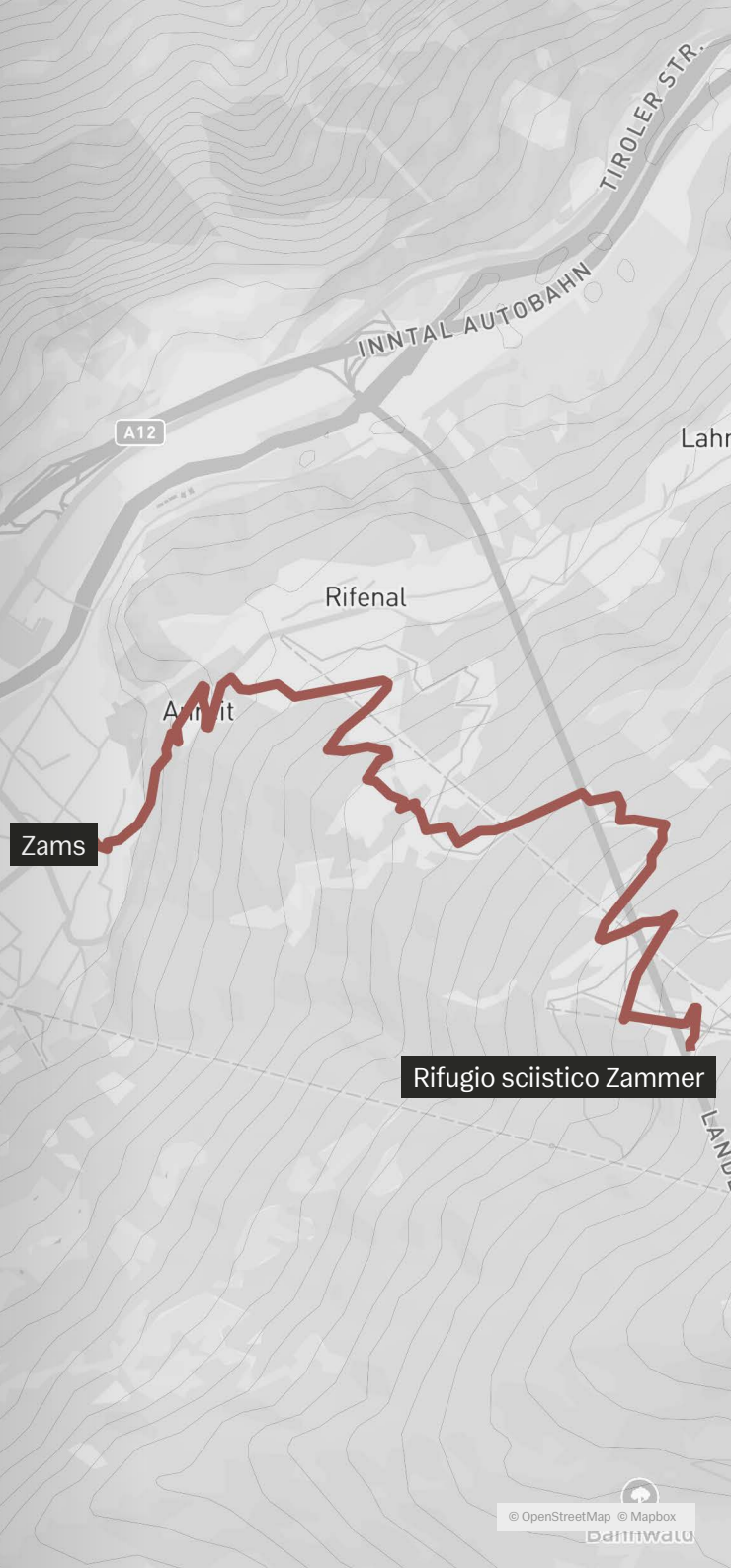
GIU LUG AUG SET

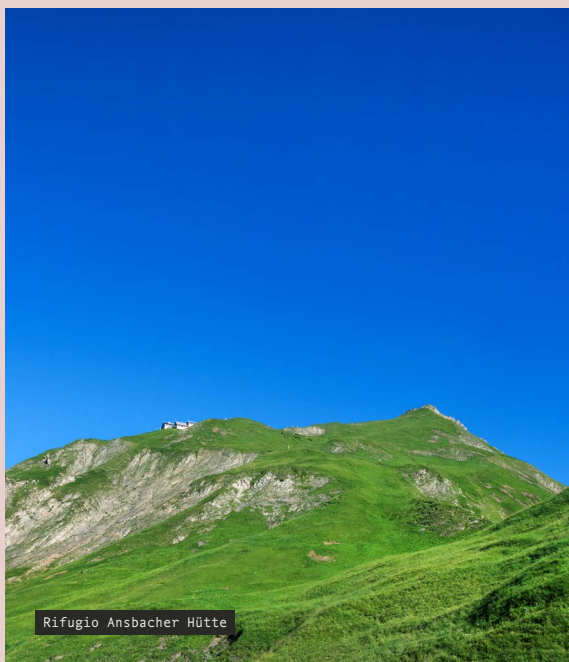


Variante al tracciato originale E5

ANSBACHER HÜTTE → RIFUGIO SCIISTICO ZAMMER

ALLA MAPPA INTERATTIVA





Variante al tracciato originale E5

RIFUGIO ANSBACHER HÜTTE → RIFUGIO SCIISTICO RIFU- GIO SCIISTICO ZAMMER

+ Difficoltà: media

+ Tempo: 6.30 h

+ Lunghezza: 11,50 km

+ Salita: 1.003 m

+ Discesa: 1.235 m

+ Punto più alto: 2.376 m

+ Punto più basso: 767 m

Dalle alture alpine della Lechtal fino alla piana dell'Inn e risalita fino alla cima Glanderspitze, propaggine più settentrionale delle Alpi dell'Ötztal (Sezione 1: Variante al tracciato originale E5 – Sezione 2: Tracciato originale E5)

Sul versante settentrionale delle Alpi, il sentiero escursionistico europeo E5 mostra tratti molto singolari. Il ripetuto superamento di grandi vallate riserva praticamente ogni giorno lunghi percorsi in salita e discesa. Anche la discesa che dal Rifugio Ansbacher Hütte porta a Flirsch non manca di mettere a dura prova gli escursionisti. Il sentiero, molto stretto, scende in alcuni passaggi con forte pendenza, regalando però lo spettacolo di prati montani in fiore e di pascoli verdeggianti particolarmente graditi alle capre. Una volta raggiunta la località di Flirsch al termine del lungo tratto in discesa, è possibile fare rientro a Zams a bordo di un autobus di linea oppure (dietro prenotazione anticipata) di un mezzo navetta. Fin qui si spinge la variante del sentiero E5 passante per il Rifugio Ansbacher Hütte e da questo punto in poi si fa nuovamente ritorno sul tracciato originale dell'E5 da cui prende inizio una delle lunghe ascese già sopra menzionate. Nel caso specifico si tratta della salita per il Rifugio sciistico di Zams, lunga ma tutt'altro che noiosa, con scorci gradevoli e distese di prati fioriti.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

Dal Rifugio Ansbacher Hütte si percorre il sentiero escursionistico in direzione del Rifugio Fritzhütte, passante sotto la linea della funicolare per il trasporto materiali, scendendo lungo una dorsale in direzione sud. Dopo neanche 200 metri di dislivello, si raggiunge uno stacco nel terreno e il sentiero prosegue su un'ampia distesa di prati montani, verso ovest, attraversando la conca detta "In der Grube". Ai prati montani si succedono via via mughete e, a quota più bassa, paesaggi boschivi attraverso i quali, su un percorso a tornanti, si raggiunge il Rifugio Fritzhütte.

In questo punto il percorso biforca, scendendo fino a Schnann oppure a Flirsch. Il più piacevole dei due tratti in discesa si apre appena oltre il rifugio, imboccando a destra la via per Flirsch. Superato un primo dislivello in pendenza di circa 300 m in

direzione est, si prosegue attraverso il bosco in stretti tornanti a zig zag fino a raggiungere, in prossimità della valle, una strada forestale. Qui si prenderà un sentiero a sinistra ("Jakobsweg"), percorrendo poi alla stessa altezza la forestale, per circa 800 m, e arrivare sopra all'abitato di Flirsch. Un sentiero escursionistico condurrà, di lì a poco, alle prime case del paesino. Da qui si proseguirà lungo il corso del rio Griesbach, attraverso il borgo, fino in centro.

La sezione successiva del percorso, diretta al centro di Zams, si farà a bordo di mezzi pubblici (bus o treno) o usufruendo del servizio navetta. Una fermata dell'autobus si trova proprio in centro, all'incrocio. Se non si è prenotato il servizio navetta per il centro di Zams, è possibile raggiungere la località con la linea 270 (talvolta abbinata al treno) che conduce fino alla stazione ferroviaria di Landeck-Zams, alla periferia meridionale di Zams.

Dal centro dell'abitato di Zams ha inizio la seconda parte dell'escursione che, lungo il sentiero dei prati (Wiesenweg), porta alla meta finale della tappa: il Rifugio sciistico Rifugio sciistico Zammer. Dalla chiesa parrocchiale di Sant'Andrea, in centro a Zams, si percorre in direzione est la via della stazione (Bahnstraße) fino al vicolo Bachgasse, svoltando brevemente a destra. Al bivio successivo, prendere a sinistra e poi svoltare nuovamente a destra, proseguendo fino alla fine della strada. Imboccando un sentiero escursionistico, da questo punto si raggiungerà in pochi minuti la strada provinciale 311; proseguendo poi in salita verso sinistra e, superati due tornanti, a circa 200 m dal secondo, si troverà sulla destra il sentiero "Wiesenweg" che sale al rifugio sciistico della località. Fra un alternarsi di prati e boschi, sentieri escursionistici e tratti di strada forestale si salirà quindi a zig-zag sotto le linee della funivia Venetbahn fino a raggiungere il Rifugio sciistico Rifugio sciistico Zammer ovvero, poco distante, l'omonima malga (Zammer Alm).

ATTRATTIVE

- + Vista sul massiccio dell'Hoher Riffler

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + In zona ci sono diversi posti in cui fermarsi per mangiare e dormire; per maggiori informazioni si consiglia di rivolgersi all'ufficio turistico locale: St. Anton am Arlberg oppure Tirol West

PERNOTTAMENTO

- + In zona ci sono diversi posti in cui fermarsi per mangiare e dormire; per maggiori informazioni si consiglia di rivolgersi all'ufficio turistico locale: St. Anton am Arlberg oppure Tirol West

PERIODO CONSIGLIATO

GIU LUG AUG SET



ZAMS → GLANDER- SPITZE → WENNS

A12





Glanderspitze



Glanderspitze



Jakobsweg



Tappa 4

ZAMS → GLANDER- SPITZE → WENNS

+ Difficoltà: media

+ Tempo: 11.30 h

+ Lunghezza: 19,4 km

+ Salita: 1.799 m

+ Discesa: 1.575 m

+ Punto più alto: 2.505 m

+ Punto più basso: 767 m

Una tappa particolarmente panoramica che, da Zams, risale il sentiero dei prati (Wiesensteig) spingendosi fino all'omonima malga (Zammer Alm) e al rifugio sciistico della località (Rifugio sciistico Zammer). Il sentiero prosegue quindi, in costante salita, fino al monte Krahberg con vista mozzafiato sulla piana dell'Inn e sulle vette montuose circostanti. Da lì, il percorso del sentiero europeo E5 supera la cima Glanderspitze (2.505 m) e il passo del Wannejöchl (2.495 m) per raggiungere la Malga Larcher Alm e scendere quindi fino a Wenns, nella valle della Pitztal.

Per risparmiare le forze, è possibile affrontare l'ascesa da Zams al monte Krahberg servendosi degli impianti di risalita: le seggiovie Rifenalbahn e Weinbergbahn conducono in tutta comodità fino alla vetta del monte Krahberg, riducendo quindi a 5 ore e 45 minuti il tempo di percorrenza necessario per questa tappa.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

Il punto di partenza è presso la stazione a valle degli impianti funiviari Venetbahn a Zams. Da lì, il percorso escursionistico a lunga percorrenza si sviluppa lungo il sentiero dei prati (Wiesensteig, segnavia 2a) salendo fino alla Malga Zammer Alm e al rifugio sciistico omonimo. Entrambi perfetti per una sosta con possibilità di ristoro, offrono anche un'incantevole veduta. L'itinerario della tappa prevede poi un proseguimento in salita fino alla stazione a monte della funivia Venetbahn sul Krahberg, con ristorante panoramico e rifugio in vetta. Oltre la stazione a monte, inizia un sentiero che conduce fino alla cima Glanderspitze, a quota 2.505 m. Da qui, superato il passo del Wannejöchl (2.495 m), si scenderà fino alla Malga Larcher Alm e poi a Wenns, nella valle della Pitztal.

Tracciato alternativo, più moderato, sul versante meridionale

Chi prediliga, dal monte Krahberg, un tracciato meno impegnativo, potrà optare per l'alternativa dell'E5 che si dipana sul versante a sud. Anche la variante, come il percorso principale, prende il via dalla stazione a monte della funivia Venetbahn e, toccando la Malga Gogles Alm, porta anch'essa alla Malga Larcher Alm (1.814 m) e alla meta finale a Wenns.

A seconda delle condizioni fisiche e delle preferenze individuali, gli escursionisti potranno dunque scegliere, per questa tappa, fra un itinerario dai tratti più alpini, passante per la cima Glanderspitze e il valico del Wannejöchl, o una variante meno impegnativa sul versante a sud.

ATTRATTIVE

- + Vista mozzafiato sulla valle tirolese dell'Inn e sulle vette circostanti

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + Goglesalm: casera con ristoro a quota 2.017 m
- + Larcheralm: malga tradizionale sul versante meridionale del massiccio del Venet

PERNOTTAMENTO

- + A Zams ci sono diversi posti in cui fermarsi per mangiare e dormire; per maggiori informazioni si consiglia di rivolgersi all'ufficio turistico locale.

PERIODO CONSIGLIATO

GIU LUG AUG SET

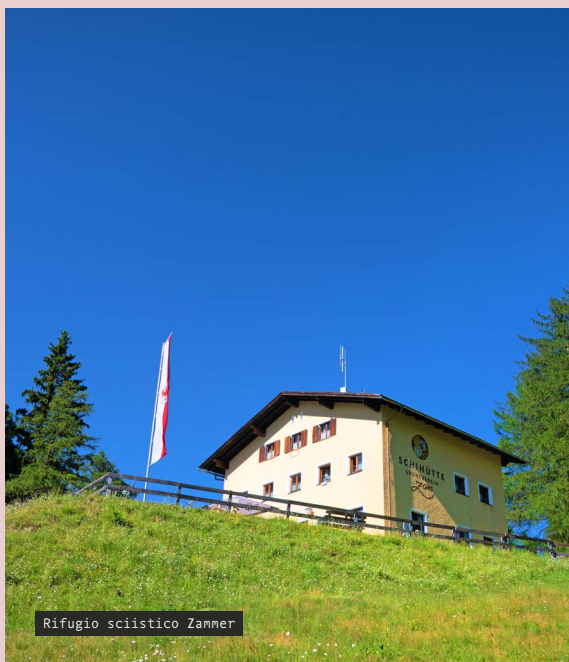


Variante al tracciato originale E5

RIFUGIO SCIISTICO ZAMMER → WENNS

ALLA MAPPA INTERATTIVA





Variante al tracciato originale E5

RIFUGIO SCIISTICO ZAMMER → WENNS

+ Difficoltà: media

+ Tempo: 6.00 h

+ Lunghezza: 14,20 km

+ Salita: 592 m

+ Discesa: 1.330 m

+ Punto più alto: 2.191 m

+ Punto più basso: 1.003 m

Alla veduta panoramica sulla cima Glanderspitze e discesa a Wenns in val Pitztal (tracciato originale E5)

La tappa con destinazione Wenns, nella valle della Pitztal, riserva una meravigliosa escursione in alta quota. Il percorso segue in linea di massima lo sviluppo del tracciato originale del sentiero europeo E5. Vistane la più agevole percorribilità, ne descriveremo qui tuttavia la variante che, snodandosi sulle pendici meridionali della cima Glanderspitze e del Kreuzjoch, risulta anche meno faticosa del percorso originale passante per le creste di vetta di queste montagne.

L'ascesa mattutina in partenza dal Rifugio sciistico Zammer Skihütte si trattiene solo brevemente su una strada ghiaiosa per poi inerpicarsi lungo un sentiero montano e raggiungere il punto più alto dell'escursione, nei pressi della stazione a monte della funivia Venetbahn. Segue quindi il tratto che conduce alle malghe Gogles Alm e Gaflun Alm e sul quale solo di rado si incontrano altri escursionisti. Una volta raggiunta la famosa Malga Larcher Alm, ne approfitteremo per una sosta rifocillante, prima di affrontare la discesa verso Wenns. Pur prospettando un certo dislivello, la discesa a valle non è particolarmente scoscesa e comunque ben tracciata, fra tratti scoperti e passaggi immersi nella vegetazione boschiva. Un'ottima occasione per riprendersi dalle fatiche delle altre tappe.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

Già presso il Rifugio sciistico Zammer Skihütte si avvisteranno i primi cartelli segnaletici con l'indicazione "Glanderspitze".

All'inizio si camminerà su uno sterrato per poi imboccare, di lì a poco, un bel sentiero boschivo che, ben segnalato e in piacevole salita, conduce fino ai pressi della stazione a monte della funivia Venet. All'altezza dell'unico skilift si svolterà quindi, in assenza di segnaletica, a sinistra e seguendo le orme lasciate sul cammino si salirà fino alla cresta e alla segnaletica ben visibile.

Ci si atterrà quindi alla direzione indicata dal segnavia "Larcher Alm" e, camminando su un bellissimo sentiero che si snoda sul versante sud della montagna, si arriverà dapprima alla Malga Gogles Alm e poi alla Malga Larcher Alm. A tutti i bivi il sentiero è sempre ben segnalato. Dalla Larcher Alm non seguiremo però la strada forestale, scendendo invece lungo un sentiero che si snoda nel bosco. Proseguiremo quindi per Wenns, fino ai margini della località, su sentieri non troppo scoscesi e dagli scorci paesaggistici interessanti. Anche il tratto per Wenns è sempre ben segnalato.

ATTRATTIVE

- + Ristoro in baita alla suggestiva Larcher Alm

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + Goglesalm: casera con ristoro a quota 2.017 m
- + Larcheralm: malga tradizionale sul versante meridionale del massiccio del Venet

PERNOTTAMENTO

- + Larcher Alm: vitto e alloggio sul versante meridionale del massiccio del Venet

PERIODO CONSIGLIATO

GIU

LUG

AUG

SET

Mittelberg

Puitkogel

Sonnenkogel

Wassertalkogel

Gschrappkogel

Wurmsitzkogel

Dreize

Pitztater Jochköpfle

Karleskopf

Karleskopf

agskogel

Grabkogel

Tappa 5

MITTELBERG → AREA SCIISTICA RETTENBACH

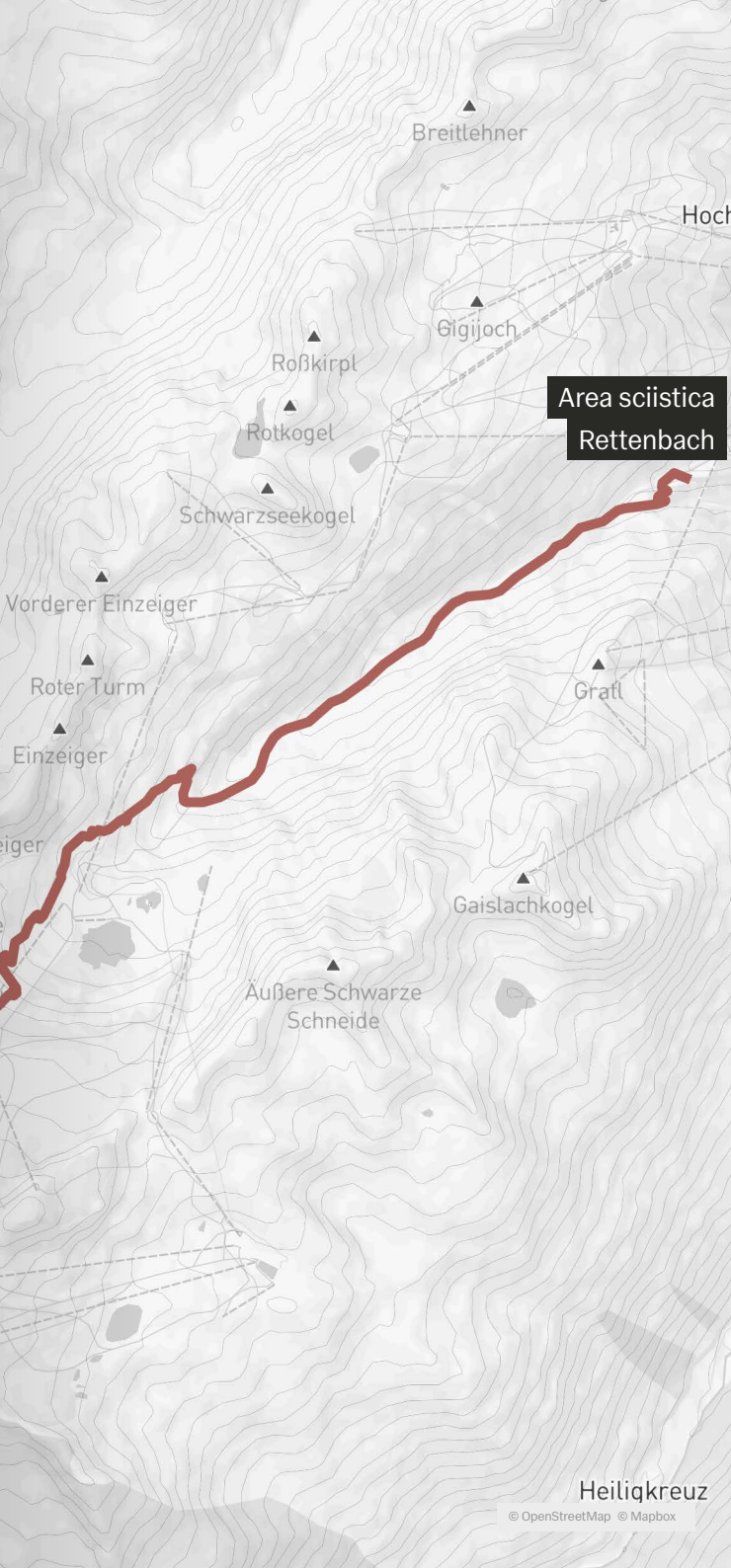
ALLA MAPPA INTERATTIVA

Fernerkogel

Tiefenbachkogel

Mutkogel

Rechter Fernerkogel



Area sciistica
Rettenbach

Heiligkreuz

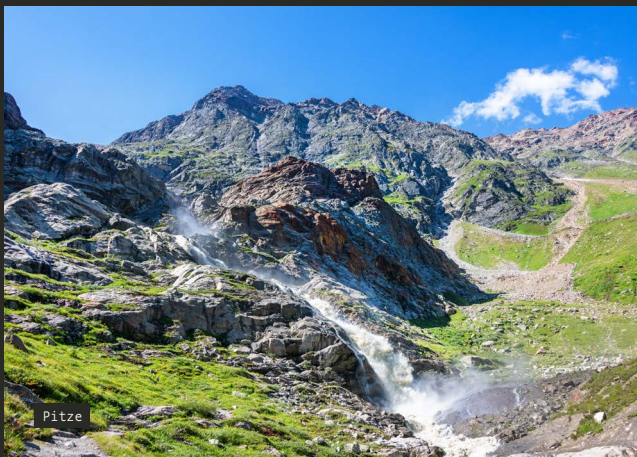
© OpenStreetMap © Mapbox



Braunschweiger Fernerkogel



Braunschweiger Hütte



Pitze



Tappa 5

MITTELBERG → AREA SCIISTICA RETTENBACH

Mittelberg – Area sciistica Rettenbach

+ Difficoltà: medio-alta

+ Tempo: 5.30 h

+ Lunghezza: 8,40 km

+ Salita: 1.263 m

+ Discesa: 322 m

+ Punto più alto: 2.990 m

+ Punto più basso: 1.738 m

Eventuale proseguimento fino alla stazione del pedaggio (itinerario completo)

+ Difficoltà: medio-alta

+ Tempo: 7.00 h

+ Lunghezza: 13,80 km

+ Salita: 1.271 m

+ Discesa: 975 m

Fino quasi a 3.000 metri: traversata alpina dalla valle della Pitztal all'Ötztal attraverso il passo del ghiacciaio Rettenbach

Questa tappa ha in serbo il raggiungimento del punto più alto di tutto il sentiero europeo E5: il valico del Rettenbach a quota 2.990 m. Una traversata alpina, dalla valle della Pitztal a quella dell'Ötztal, che sa regalare grandi emozioni, sullo sfondo di vette che sfiorano i tremila metri. Si tenga comunque presente che, pur assicurato da funi d'acciaio, il valico montano richiede comunque stabilità, passo fermo e assenza di vertigini. E basterà del resto uno sguardo agli ambienti dei tremila metri per rendersi conto che la riuscita di questa tappa non può

prescindere da buone condizioni meteorologiche. In primavera/inizio estate permangono spesso sul terreno coltri di neve che possono nascondere e rendere inaccessibili le funi di acciaio. Anche in piena estate possono verificarsi cambi repentini delle condizioni, accompagnati da precipitazioni, anche nevose, che rendono difficile e pericolosa un'impresa di questo tipo.

Ma se le condizioni sono buone e anche il fisico sufficientemente allenato già l'ascesa dal borgo di Mittelberg riserverà piacevoli emozioni. Per informazioni sullo stato dei valichi di transito dalla valle della Pitztal all'Ötztal è possibile rivolgersi al Rifugio Braunschweiger Hütte, disponibile telefonicamente contattando il numero +43 664 20 12 013. Il sentiero individua i punti deboli nella cinta rocciosa che chiude la valle e, lungo passaggi assicurati da funi di acciaio, permette di salire accanto alle fragorose cascate del rio Pitze, oltre le vie ferrate, prima di godesi una meritata pausa al Rifugio Braunschweiger Hütte. È a questo punto che inizia però l'impresa alpinistica d'alta quota che condurrà fino al passo Rettenbachjoch, anch'esso parzialmente assicurato con funi d'acciaio. Il tracciato per la discesa dal valico al comprensorio sciistico è stato a tratti modificato e risulterà agevolmente percorribile, neve permettendo. Un passo fermo e sicuro resta comunque un requisito indispensabile. In alternativa, per la traversata dal Rifugio Braunschweiger Hütte al comprensorio sciistico del Rettenbach è possibile optare, alla stessa altitudine, per il passo del Pitztaler Jöchl. Anche questo attraversamento è assai apprezzato come variante del sentiero E5, ma a differenza del tracciato passante per il Rettenbachjoch (segnalato come rosso), questo percorso è classificato come difficile (nero).

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

Dall'unica fermata dell'autobus esistente nella frazione di Mittelberg, si può risalire la strada sterrata fino al vicino ristoro "Gletscherstube" (segnavia E5). Presto il sentiero si dirama, proseguendo dritto verso la cascata e la barra rocciosa (segnalica "Braunschweiger Hütte über Wasserfall"). L'andamento del sentiero sulla falesia è ben segnalato, tecnicamente fattibile e assicurato a tratti da funi di acciaio. Superata la barriera rocciosa, sfocia nella pista da sci, attraversata la quale si arriva al bivio successivo.

Anche questo è segnalato. Si proseguirà a sinistra, risalendo tratti piuttosto ripidi e altri ferrati, fino a raggiungere il Rifugio Braunschweigerhütte. Da qui è facile individuare il proseguimento del sentiero verso il passo del Rettenbachjoch, ben segnalato e con inizio proprio alle spalle del rifugio (dritti per il passo Rettenbachjoch, a sinistra per il passo Pitztaler Jöchl). Il ritiro del ghiacciaio ha ora reso più agevole, nel primo tratto, la discesa dal passo. Il tracciato, oggi modificato, passa più o meno sotto i cavi dell'impianto funiviario. In presenza di condizioni difficili (dovute ad esempio alla permanenza di neve in primavera/inizio estate), si raccomanda comunque molta cautela; da fine luglio, in alternativa, è possibile servirsi comodamente della funivia. All'interno del comprensorio sciistico del Rettenbach si consiglia in ogni caso di prendere l'autobus di linea n. 70 ("Gletscher Sölden") che collega ogni ora con la località di Sölden. Altrimenti si dovrà proseguire a piedi fino alla vicina cappella dell'alpinista (Bergsteigerkapelle) a Sölden, scendendo poi lungo il tracciato originale dell'E5 fino alla stazione del pedaggio ("Mautstelle", fermata dell'autobus di linea) e prendere quindi il pullman della linea 70 per Sölden.

ATTRATTIVE

- + Cascata in fondo alla valle di Mittelberg e attraversamento del passo Pitztaler Jöchl

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + Braunschweiger Hütte: rifugio fondovalle alpino a quota 2.759 m, nella valle della Pitztal

PERNOTTAMENTO

- + Braunschweiger Hütte: rifugio fondovalle alpino a quota 2.759 m, nella valle della Pitztal

PERIODO CONSIGLIATO

GIU

LUG

AUG

SET

Sölden Mautstelle

Tyrol Geniessen

Gratl

Almzeit

Gaislachkogel

Heidebahn

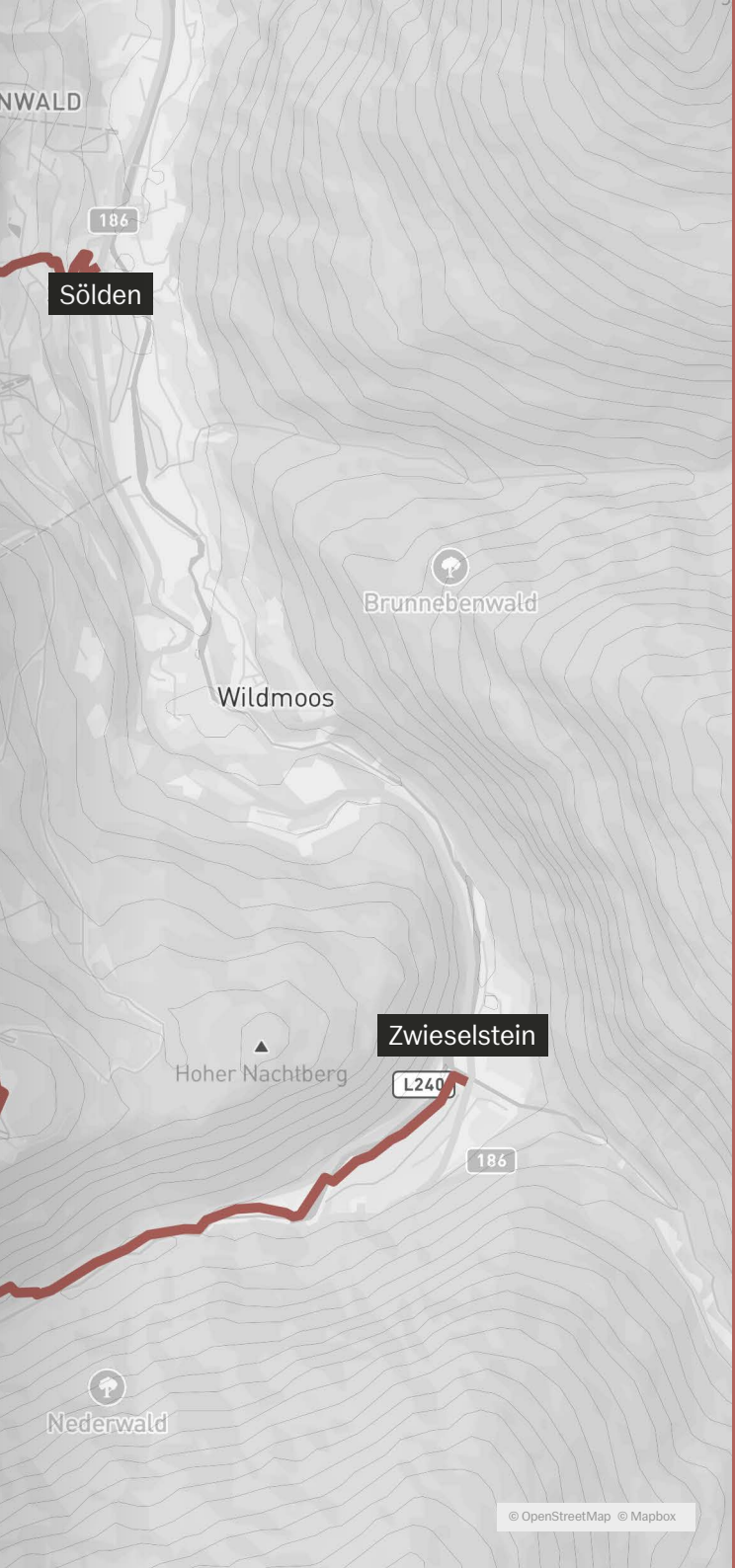
Vent Bodeneegg



Tappa 6

SÖLDEN → ZWIESELSTEIN

ALLA MAPPA INTERATTIVA



NWALD

186

Sölden

Brunnebenwald

Wildmoos

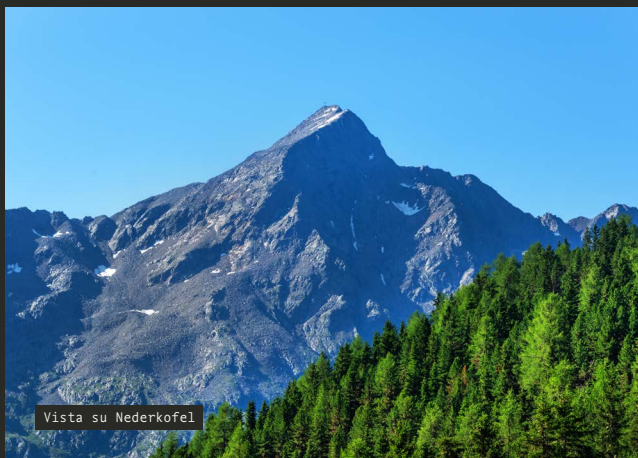
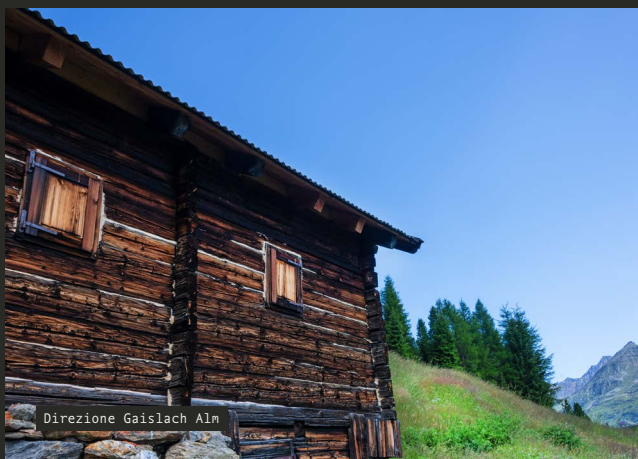
Hoher Nachtberg

Zwieselstein

L240

186

Nederwald





Tappa 6

SÖLDEN → ZWIESELSTEIN

+ Difficoltà: media

+ Tempo: 5.30 h

+ Lunghezza: 12,40 km

+ Salita: 775 m

+ Discesa: 663 m

+ Punto più alto: 2.119 m

+ Punto più basso: 1.368 m

Fra gli alpeggi di fronte ai tremila attraversando la valle dell'Ötztal (tracciato originale E5)

Questa tappa rappresenta un'eccezione, non attraversando alcuna cresta montuosa, ma limitandosi a raggiungere la valle dell'Ötztal, in partenza dalla località mondana di Sölden, superando a mezza quota ampie distese di pascoli alpini. Se il tempo è favorevole, l'escursione permette di godersi lunghi momenti di relax.

Partendo dunque da Sölden, un percorso in piacevole salita conduce agli alpeggi attraversando ombrosi e freschi tratti boschivi. Raggiunto il punto più alto dell'itinerario, in prossimità della stazione di pagamento del pedaggio, si prosegue lungo il limite della vegetazione arborea oltre la valle dell'Ötztal avanzando in un continuo saliscendi lungo il pendio alla volta di Zwieselstein. I bellissimi pascoli alpini che si estendono ai lati del sentiero sono la cornice perfetta per prendersi una pausa. Nei pressi della Malga Gaislach Alm inizia quindi la discesa per Zwieselstein. Ed è più lunga di quanto si pensi, attraversando prima i prati d'altura per poi sparire nel bosco, in prossimità della cappella di Gaislach, consacrata a Maria Ausiliatrice. Questo ultimo tratto di discesa fino alla strada principale è parecchio scosceso, ma dal grande fascino paesaggistico.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

Lungo la via principale di Sölden, si camminerà in direzione dell'unico campanile del paese, ben visibile anche da lontano. Davanti alla Cassa Raiffeisen, con una vetrina della biblioteca, ha inizio il percorso in salita che, lungo una viuzza stretta e asfaltata, raggiunge dapprima il cimitero. Imboccando il passaggio tra la chiesa e la scuola primaria e svoltando a sinistra subito dopo l'edificio scolastico si continuerà quindi a salire, su una via ripida e asfaltata che fiancheggia la centrale elettrica. Raggiunta la strada, si svolterà a destra fino a imboccare la curva a gomito. Alla segnaletica, prendere la destra, proseguendo su un erto sentiero naturale e avanzando in salita lungo il ruscello fino al ponte. Seguire quindi le indicazioni per "Gampe Alm".

Procedere dritto, risalendo sempre il corso del ruscello fino al ponte successivo. Svoltare quindi a sinistra, seguendo le indicazioni per "Gampe Alm" o "zu den Almen". Poco più sopra, si attraverserà due volte la strada del ghiacciaio prima che la salita termini sulla pista da sci. Proseguire quindi lungo la pista tenendo la destra. Passando davanti alla stazione della seggiovia "Langeegg", si salirà ancora fino alla Malga Stabele Alm. Il resto del tratto in salita andrà percorso sulla pista da sci, utilizzata in estate per scendere con le mountain bike. In prossimità del ristoro "Hühnersteign", proseguire a sinistra (segnaletica "zu den Almen") e attraversare la strada per il ghiacciaio servendosi del sottopassaggio accessibile nei pressi della stazione di pedaggio per i veicoli a motore. Seguire quindi le indicazioni per "Gaislach Alm E5" e percorrere il pendio in un leggero saliscendi, passando per la Malga Löple Alm e arrivando infine alla Malga Gaislach Alm. Il sentiero è segnalato come E5. All'altezza della Malga Gaislach Alm, si prenderà la destra nella curva a gomito, seguendo poi le indicazioni Zwieselstein. Dopo la cappella mariana di Gaislach, il sentiero si fa nuovamente scosceso nel tratto che scende attraverso il bosco e termina sulla strada per Vent. Attraversatala, si proseguirà sulla sottostante strada rurale, riservata ai trattori, per raggiungere infine Zwieselstein.

ATTRATTIVE

- + Vista sui ghiacciai di confine dell'Ötztal/Alpi Venoste di Levante fra Austria e Italia

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + Annemarie's Hühnersteign: a quota 2.012 m, nel cuore delle Alpi dell'Ötztal, direttamente sulla strada per il ghiacciaio
- + Löple Alm: tradizionale baita in quota, sopra Sölden
- + Gaislach Alm: la locanda alpina più antica di Sölden, a quota 2.040 m

PERNOTTAMENTO

- + Gaislach Alm: la locanda alpina più antica di Sölden, a quota 2.040 m

PERIODO CONSIGLIATO

GIU

LUG

AUG

SET

Zwieselstein

her Nachtberg

Vorderer
Brunnenkogel

Wilde Rotespitze

Hagelkögele

Mittagskogel

kogel

Kleiner Kirchenkogel

Passo del Rombo

Pill Hochgurgl

Kirchenkogel

Plattenkogel

Vorderer Wurmkogel

Ochsenkopf

Hinterer Wurmkogel

Obergurgl

Gamsba

Hintere
SchwenzerspitzeKönigskogel
- Monte Re

Festkogel

Südliche Ferwallspitze

önwieskopf

Tappa 7

Hohe Mut

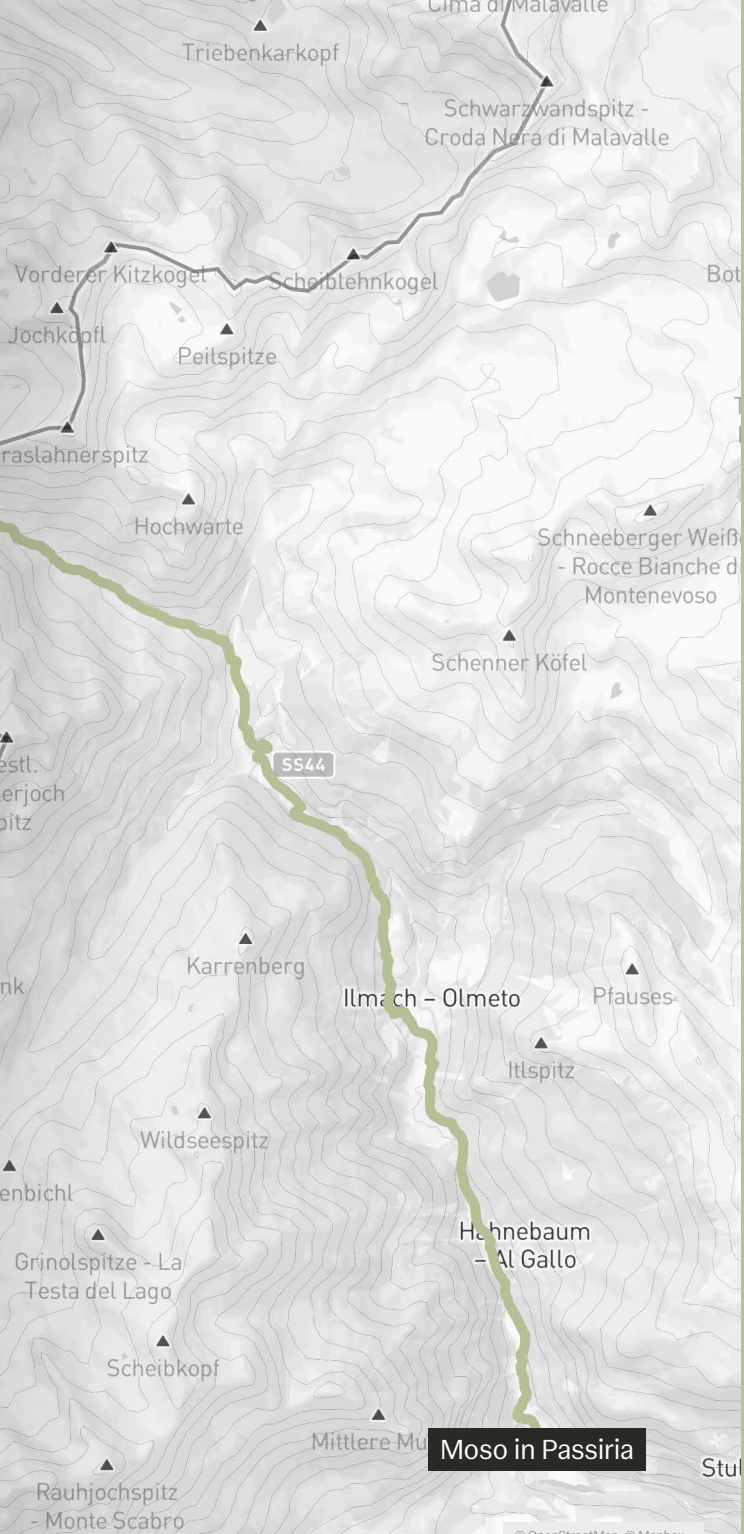
ZWIESELSTEIN (A) →**MOSO IN PASSIRIA (I)**

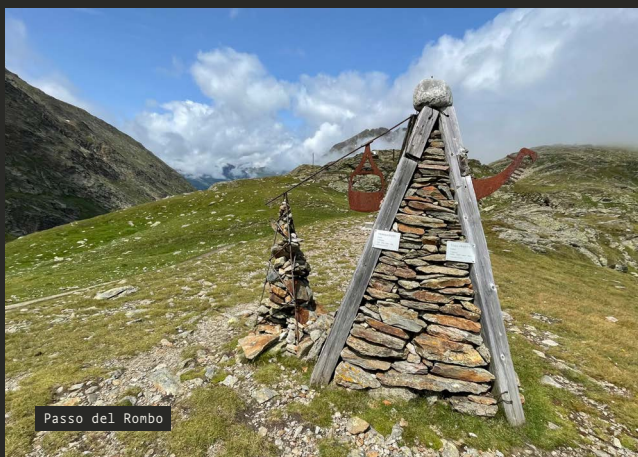
Hangerer

Kirchenkogel -
Monte dei Granati**ALLA MAPPA INTERATTIVA**Racinespitz
- Rosinhorn

Hochebenkamm

Kirchenkogel

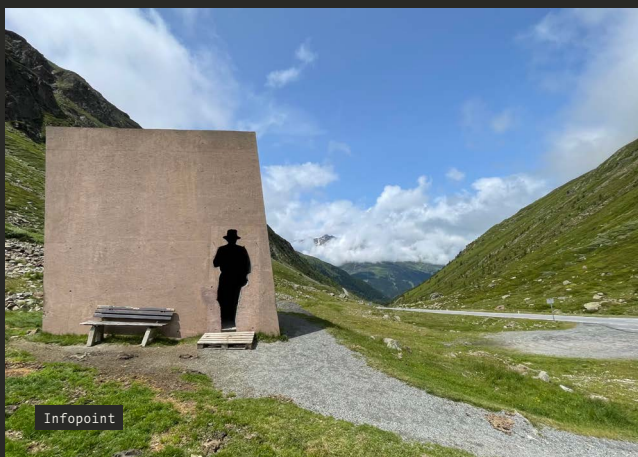




Passo del Rombo



Vista su Corvara in Passiria



Infopoint



Tappa 7

ZWIESELSTEIN (A) → MOSO IN PASSIRIA (I)

+ Difficoltà: difficile

+ Tempo: 8.45 h

+ Lunghezza: 20,9 km

+ Salita: 1.040 m

+ Discesa: 1.483 m

+ Punto più alto: 2.488 m

+ Punto più basso: 1.015 m

Attenzione, momento clou! L'attraversamento dello spartiacque alpino dall'effervescente e rinomata Ötztal, attraverso il Passo del Rombo (Timmelsjoch), fino all'idilliaca e incontaminata Val Passiria segna il passaggio dell'E5 dal Nord al Sudtirolo sul versante meridionale delle Alpi.

La si può vedere come si vuole: in un'attraversata alpina il superamento della dorsale principale delle Alpi rappresenta sempre uno dei momenti più importanti dell'intero percorso. Non si sarebbe altrimenti su un trekking di attraversamento alpino - anche se lungo l'E5 tra Oberstdorf e Gfrill in Alto Adige si attraversano molte altre catene montuose. Quando poi, come in questa tappa dell'E5, si passa dalla celebre Ötztal attraverso il Passo del Rombo (2.474 m) fino all'idilliaca Val Passiria, si è certi di portare con sé impressioni profonde da questo tratto tra Zwieselstein e Moso in Passiria. Che si tratti della spettacolare vista sulle cime glaciali di oltre tremila metri delle Alpi Venoste, del suggestivo paesaggio d'alta montagna lungo la salita seguendo la Gurgler Ache attraverso la valle del Timmels, dei pittoreschi paesaggi di malga sul versante altoatesino o dei masi contadini secolari nei caratteristici villaggi della Val Passiria: si tratta di una tappa molto lunga ma tecnicamente moderata, che rappresenta una parte importante del tuo cammino dal Nord al Sudtirolo e che può però essere facilmente abbreviata (vedi consiglio dell'autore).

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

L'escursione inizia nel paese di Zwieselstein, alla fermata dell'autobus accanto all'Hotel Post. Qui è possibile riempire le borracce a una fontana. Si segue il marciapiede per circa 50 m in direzione valle fino al ponte e, poco prima di questo, si svolta a sinistra sul Hochstattweg in direzione Passo del Rombo (Timmelsjoch), Ötztaler Urweg n. 12. Subito dopo la deviazione si trova un pannello informativo dell'E5 con materiale informativo.

La strada forestale è inizialmente ripida, poi diventa più dolce e infine si trasforma in sentiero escursionistico. Si segue la Gurgler Ache lungo la valle del Timmels (Timmelstal) e dopo circa 2 km si svolta a sinistra in direzione "Timmelsjoch E5". Il sentiero prosegue sempre lungo il Timmelsbach, con salita costante e in parte ripida. Dopo circa 3 km si raggiunge una radura con area di sosta.

Dopo circa 3,5 km si esce dal bosco e si entra in prati alpini a circa 2.000 m di quota. La segnaletica è scarsa, ma i segni su grandi pietre indicano la direzione del percorso. Dopo circa 5,5 km si incontra il monumento ai contrabbandieri. Il sentiero diventa sempre più ripido e dopo quasi 10 km si raggiunge il Passo del Rombo (Timmelsjoch), a 2.474 m, il punto più alto della tappa e allo stesso tempo il punto di attraversamento della dorsale principale delle Alpi dal Nord al Sudtirolo. Al passo si trovano un ristorante, un museo dedicato alla strada del Rombo e un pannello informativo dell'E5.

Il sentiero stretto e ripido scende sull'altro versante lungo l'antico sentiero della valle del Timmels, seguendo il Timmelsbach fino al ponte Timmelsbrücke. Cartelli in legno segnano qui il passaggio del confine verso l'Alto Adige. Circa 15 minuti sopra il ponte esiste la possibilità di prendere una variante dell'E5 che devia a destra verso il Gasthof Hochfirst e, circa mezz'ora dopo il rifugio, si ricongiunge al percorso principale tramite il sentiero n. 44. Questa alternativa richiede circa 30 minuti aggiuntivi.

Sul percorso originale, dal ponte Timmelsbrücke si segue per circa 800 m la strada del Rombo in direzione Rabenstein fino a una curva a sinistra, prima che il sentiero n. 29 si stacchi e scenda attraverso prati più ripidi fino a una strada forestale. Questa prosegue a valle prima a sinistra e poi a destra del torrente Passirio in direzione di Rabenstein. Poco prima dell'in-

gresso del paese, la strada forestale viene abbreviata da un sentiero che conduce a una strada asfaltata nella località Bichl. La strada asfaltata porta in pochi minuti a Rabenstein.

Nel villaggio, dopo il cimitero, la strada compie una netta curva a sinistra, mentre dritto prosegue una strada secondaria. Da qui l'E5 segue il tracciato del percorso circolare del lago di Kummersee: si percorrono circa 200 m sulla stradina e poi si imbocca un sentiero che scende verso il torrente Passirio. Da qui l'E5 segue sempre il sentiero – alternando tratti di mulattiera e strada forestale – lungo la Passiria fino a Moso in Passiria. Poco prima del traguardo di tappa, pannelli informativi dell'E5 illustrano il proseguimento del percorso. L'ultimo tratto segue il sentiero tematico "Steinbockweg" e passa accanto al Bunker Mooseum, prima che la tappa termini nel centro del pittoresco paese di Moso in Passiria.

ATTRATTIVE

- + Esperienza "Timmelsjoch – Contrabbandiere"
Il monumento ai contrabbandieri sul versante nordtirolese, sotto il Passo del Rombo, ricorda i pericolosi passaggi tra Tirolo e Alto Adige. La scultura rappresenta coraggio, povertà e commercio attraverso le Alpi. È stata progettata dall'architetto altoatesino Werner Tscholl. Si trova direttamente lungo il percorso dell'E5 e fa parte della "Timmelsjoch Experience", una serie di installazioni architettoniche lungo la strada del passo.
- + Bunker Mooseum – Moso in Passiria
Il Bunker Mooseum unisce storia, natura ed esperienza in modo unico. Situato in un ex bunker militare, propone mostre sulla preistoria e storia insediativa della Val Passiria, sull'antica attività mineraria del Monte Neve, oltre che su geologia e scienze naturali. Un recinto per stambecchi completa l'offerta.

- + **Museo del Passo del Rombo**
Situato direttamente sul valico a oltre 2.000 m, il museo colpisce per la sua architettura moderna. Racconta la storia del Passo del Rombo, della strada alpina e della vita in alta montagna. Espone veicoli storici, fotografie d'epoca e documenti sullo sviluppo del traffico alpino. Fa parte della "Timmelsjoch Experience" progettata da Werner Tscholl.
- + **Cime glaciali delle Alpi Venoste e Stubai**
Attraversando il Passo del Rombo (2.474 m), si supera la dorsale principale alpina. Da qui si ha una vista ravvicinata sulle cime glaciali delle Alpi Venoste e Stubai, tra cui Zuckerhütl, Wildspitze, Hintere Schwärze e Hochwilde.

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + **Museo del Passo del Rombo (Timmelsjoch Pass Museum):** ristorante situato direttamente al valico a 2.474 m di altitudine (punto più alto della tappa, ideale per una sosta).
- + **Gasthof Hochfirst:** possibilità di ristoro a circa 1.860 m nell'area del Passo del Rombo (cucina tradizionale altoatesina, raggiungibile tramite la variante dell'E5).
- + **Corvara in Passiria (Rabenstein):** frazione della Val Passiria situata a circa 1.420 m di altitudine (piccole possibilità di ristoro prima della discesa verso Moso).

PERNOTTAMENTO

- + Gasthof Hochfirst: locanda di montagna a circa 1.860 m di altitudine (possibilità di pernottamento direttamente lungo il percorso o sulla variante dell'E5).
- + Corvara in Passiria (Rabenstein): possibilità di alloggio nel borgo montano a circa 1.420 m di altitudine (pensioni e piccoli alberghi).
- + Moso in Passiria (Moos in Passeier): località di fondovalle a circa 1.000 m di altitudine (ampia scelta di hotel, pensioni e appartamenti, ideale come punto di arrivo della tappa).

PERIODO CONSIGLIATO

GIU

LUG

AUG

SET

Moos in Passeier
– Moos in
Passiria

Moso in Passiria

Stall – Stalles

Platt – Plata

Krutzenjoch

Matatzspitz

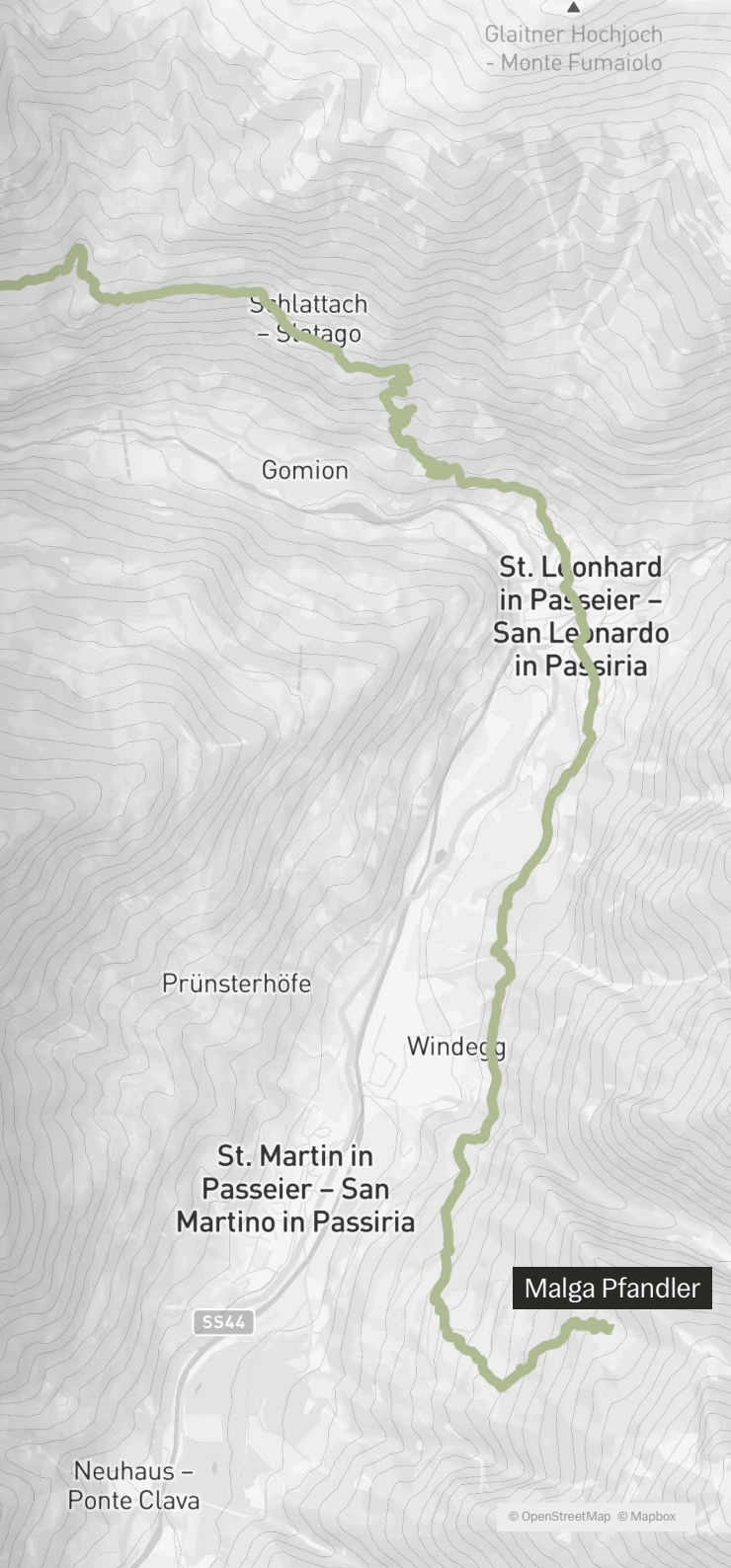
Tappa 8

MOSO IN PASSIRIA → MALGA PFANDLER

ALLA MAPPA INTERATTIVA

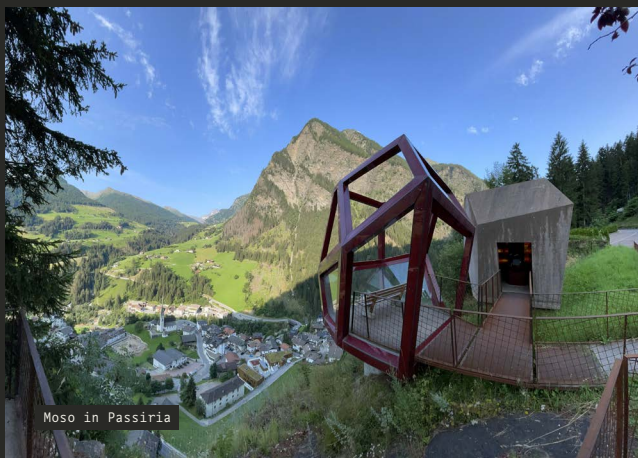
Oberbach

Seeber – il Lago





Museo



Moso in Passiria



Malga Pfandler



Tappa 8

MOSO IN PASSIRIA → MALGA PFANDLER

+ Difficoltà: media

+ Tempo: 6.30 h

+ Lunghezza: 15,3 km

+ Salita: 989 m

+ Discesa: 682 m

+ Punto più alto: 1.327 m

+ Punto più basso: 679 m

Nella Val Passiria non contano più le grandi vette, ma il ritmo del cammino: tra masi, pendii e gole fino a San Leonardo in Passiria e, infine, con una serie di tornanti fino alla Malga Pfandler - semplice, autentica e genuina.

In Val Passiria tutto diventa più tranquillo. Niente più emozionanti attraversamenti di confine o spettacolari valichi alpini: al loro posto, una lunga giornata di cammino attraverso uno dei territori più autentici dell'Alto Adige. Il sentiero sale tra antichi masi e ripidi pendii boschivi fino a Stulles e Glaiten, dove le montagne sembrano improvvisamente aprirsi e la valle resta lontana in basso. Si scende poi nuovamente verso San Leonardo in Passiria, patria di Andreas Hofer, attraversando gole, corsi d'acqua impetuosi e paesaggi segnati dalla tradizionale cultura contadina di montagna. Questa tappa non è caratterizzata dal raggiungimento di una vetta importante, ma dal ritmo stesso del cammino: salire, traversare, scendere e proseguire. Solo nel tratto finale il sentiero torna a salire con decisione, tornante dopo tornante, fino alla Malga Pfandler. Lassù non attendono lusso o comodità, ma esattamente ciò che lungo l'E5 si finisce per cercare: il calore della semplicità, il profumo del legno e la sensazione di aver camminato abbastanza lontano.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

L'escursione inizia a Moso in Passiria. Nel centro del paese, accanto al Mooserwirt, è possibile riempire le borracce presso una fontana. Si segue il marciapiede fino alla strada principale all'altezza del municipio e si svolta a sinistra in salita. Il sentiero che originariamente proseguiva a destra in direzione della via ferrata e della cascata è attualmente chiuso.

Dopo circa 0,5 km, il sentiero di Stulles si stacca sulla destra e sale ripidamente, attraversando più volte la strada del Passo del Rombo e la strada per Stulles, fino a raggiungere un maso. Da qui si segue dapprima la strada di Stulles e successivamente un sentiero che corre al di sopra della carreggiata. Si raggiunge così la Cappella di Sant'Antonio, che offre una vista spettacolare sulla Val di Plan. A Stulles si percorrono circa 2 km lungo la strada asfaltata che attraversa il paese. Dopo aver superato l'abitato e attraversato la gola del Rio Sagbach, si svolta a destra su un sentiero in discesa. Dopo circa 50 metri di dislivello, l'E5 devia a sinistra e prosegue in traversata alla stessa quota fino a ricongiungersi alla strada tra Stulles e San Leonardo in Passiria. Dopo circa 900 m nella stessa direzione di marcia, un altro sentiero si stacca sulla destra e, con alcuni tornanti, conduce a un'ulteriore strada asfaltata.

Si segue brevemente la strada verso destra e subito dopo si imbuca nuovamente un sentiero che scende fino alla strada asfaltata appena lasciata. Seguendo questa strada in discesa si raggiunge prima la strada del Passo Giovo ("Jaufenpassstraße") e successivamente San Leonardo in Passiria (tempo di percorrenza dal punto di partenza: circa 3 ore e 30 minuti). In corrispondenza di una curva a destra si può proseguire diritto lungo la Schlossweg, attraversando il paese in discesa fino a raggiungere nuovamente la strada principale. Dopo l'Hotel Stroblhof si tiene la sinistra e si seguono le indicazioni E5 (sentiero n. 3) in direzione della Malga Pfandler fino alla scuola elementare.

Si continua quindi lungo una piccola strada di montagna (segnavia E5 e n. 3) in direzione Sandhof - Sentiero Andreas Hofer. Dopo il maso Gander (circa 1,2 km dall'Hotel Stroblhof), un sentiero si stacca sulla destra dalla strada di montagna.

Poco dopo i sentieri si dividono: il sentiero n. 3 consente una deviazione consigliata verso il "Sandwirt", casa natale di Andreas

Hofer. L'E5 segue invece il sentiero di sinistra, contrassegnato con il n. 5A, che attraversa piacevolmente boschi e prati poco sopra il fondovalle, passando accanto alla cascata della Valle Pfeifertal e raggiungendo infine la locanda rurale Pfeiftal.

Da qui si prosegue dapprima sul sentiero 5A e successivamente sul sentiero n. 1, raggiungendo la Malga Pfandler in circa 1 ora e 45 minuti (600 metri di dislivello). Il sentiero forestale, pietroso e a tratti ripido, attraversa più volte piccole strade asfaltate e piste carrabili.

Presso la Malga Pfandler Andreas Hofer si nascose prima di essere catturato dalle truppe francesi il 28 gennaio 1810 e successivamente giustiziato a Mantova. Lungo il percorso, pannelli informativi illustrano gli ultimi giorni della sua vita.

Nelle vicinanze della malga si trovano una radura con un recinto per cervi e la vecchia baita in cui Hofer si nascose. La Malga Pfandler è un eccellente punto di appoggio per il pernottamento lungo il percorso E5.

ATTRATTIVE

+ MuseoPassiria

Il MuseoPassiria a San Leonardo in Passiria è dedicato alla storia e cultura della valle. Al centro vi è la figura di Andreas Hofer, capo della rivolta tirolese del 1809. Il museo illustra la sua vita, la rivolta e la vita contadina del passato. Aree all'aperto e edifici storici rendono la storia esperienziale.

+ Cascate di Stulles

Tra le più alte cascate delle Alpi, scendono a più salti lungo ripide pareti rocciose per oltre 200 metri. Sentieri e un ponte sospeso permettono diversi punti panoramici. In primavera, con l'acqua di fusione, sono particolarmente spettacolari.

+ Cultura tradizionale contadina della Val Passiria

La cultura contadina della valle è caratterizzata da lavoro in ambienti ripidi e da una forte connessione con la natura. Masi isolati, allevamento e fienagione sono ancora oggi elementi centrali della vita rurale.

- + Malga Pfandler – rifugio di Andreas Hofer
Nel 1810 la malga fu l'ultimo rifugio di Andreas Hofer dopo la sconfitta della rivolta tirolese. Qui venne poi catturato. Oggi è un luogo storico che ricorda la lotta tirolese e la vita rurale dell'epoca. È anche meta della tappa E5.

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + MuseumPasseier Café: piccolo caffè presso il museo a San Leonardo in Passiria a circa 690 m (ideale per una pausa con riferimento culturale direttamente lungo il percorso)
- + Hofschenke Pfeiftal: punto di ristoro tradizionale a circa 1.200 m tra San Leonardo e la Pfandler Alm (cucina regionale in ambiente rurale)
- + Pfandler Alm: semplice punto di ristoro a circa 1.620 m alla fine dell'itinerario (rifugio con servizio di ristorazione in posizione storica sopra la Val Passiria)

PERNOTTAMENTO

- + San Leonardo in Passiria: numerosi hotel e pensioni nel paese a valle a circa 690 m (principale possibilità di approvvigionamento e pernottamento lungo l'itinerario)
- + San Martino in Passiria: hotel, locande e appartamenti per vacanze nel paese a circa 600 m (alternativa con buona infrastruttura lungo il percorso)
- + Pfandler Alm: semplice possibilità di pernottamento a circa 1.620 m (malga di montagna direttamente presso il punto finale dell'itinerario, molto essenziale e autentica)

PERIODO CONSIGLIATO

MAG GIU LUG AUG SET OTT

Golf Lodge
ilts Only

Prantach –
Prantago

Malga Pfandler

Keller

neben

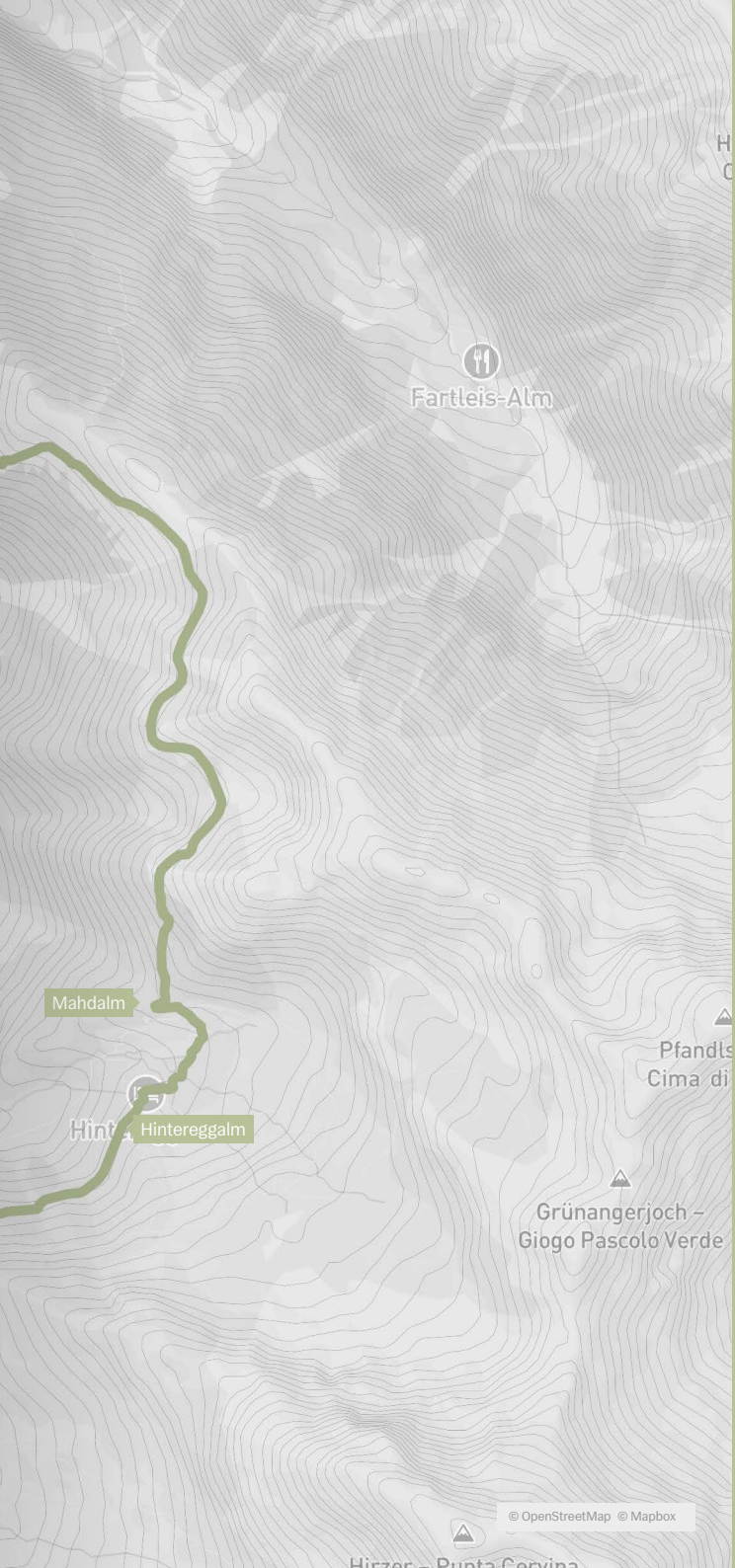
Schonbühel – Belcolle

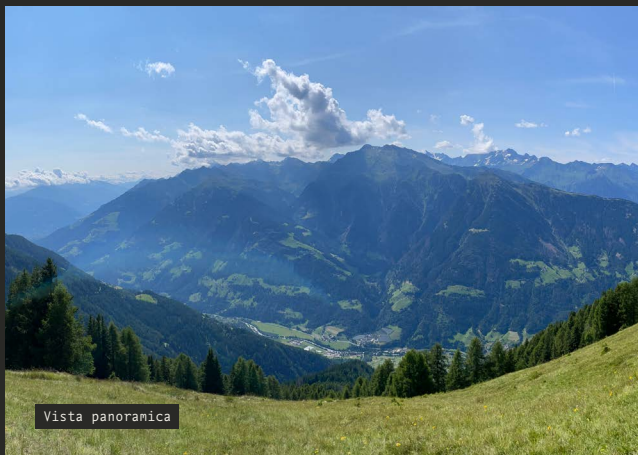
Tappa 9

MALGA PFANDLER → RIFUGIO HIRZER

ALLA MAPPA INTERATTIVA

Rifugio Hirzer





Vista panoramica



Rifugio Hirzer



Tappa 9

MALGA PFANDLER → RIFUGIO HIRZER

+ Difficoltà: difficile

+ Tempo: 4.00 h

+ Lunghezza: 7,4 km

+ Salita: 868 m

+ Discesa: 210 m

+ Punto più alto: 2.126 m

+ Punto più basso: 1.327 m

Ampi crinali erbosi, tranquilli sentieri panoramici e tanto cielo sopra la Val Passiria: lungo il percorso verso il Rifugio Hirzer, l'E5 mostra il suo volto più silenzioso, selvaggio e quasi isolato tra le montagne.

Dalla Malga Pfandler al Rifugio Hirzer, l'E5 torna a farsi più ampio, più tranquillo e più alpino. I boschi scompaiono lentamente alle spalle dell'escursionista, lasciando spazio ad alpeggi, vasti dossi erbosi e lunghi sentieri in quota che caratterizzano l'intera giornata. Lo sguardo spazia in profondità sulla Val Passiria e si estende fino alle cime delle Alpi Venoste e dell'Ötztal. Questa tappa non è definita da un singolo punto culminante, bensì dall'ampiezza del suo paesaggio aperto. I sentieri si snodano in continui saliscendi attraverso l'area dell'Hirzer, spesso in completa solitudine, spesso esposti al vento e accompagnati da quella particolare quiete che, nel corso di una lunga traversata alpina, si impara ad apprezzare sempre di più. Piccole baite alpine, il suono dei campanacci del bestiame e stretti sentieri di montagna sono spesso gli unici compagni di viaggio. Solo verso la fine della tappa il Rifugio Hirzer appare improvvisamente sui pendii. Non è un luogo spettacolare nel senso tradizionale del termine, ma uno che si adatta perfettamente allo spirito dell'E5: semplice, situato in alta quota e capace di regalare quella sensazione speciale di essersi avvicinati un po' di più alle montagne, almeno per una sera.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

Questa tappa è più breve rispetto alle precedenti, ma il sentiero ripido e impegnativo non va sottovalutato. È consigliabile portare con sé una quantità sufficiente di acqua, poiché nei successivi tre ore di cammino fino alla Malga Mahd non sono presenti fonti d'acqua.

L'itinerario è ben segnalato lungo tutto il percorso. Si parte dalla Malga Pfandler seguendo un sentiero in costante salita che, poco dopo, attraversa una strada forestale. La strada viene incrociata più volte lungo la salita.

Al chilometro 1,4 si raggiunge un prato alpino dove l'Associazione Turistica di San Martino in Passiria, in collaborazione con i proprietari, ha allestito una piccola baita come punto di sosta per gli escursionisti. Il sentiero prosegue lungo il margine del bosco e diventa progressivamente più ripido, consentendo di guadagnare rapidamente quota. Il bosco si dirada gradualmente e i larici diventano sempre più numerosi.

Dopo una ripida salita, al chilometro 2,8 si apre uno spettacolare panorama montano con una magnifica vista sulle montagne circostanti. Da qui vale la pena fare una breve deviazione verso sinistra fino alla Cima Riffel (Riffelspitze), a quota 2.060 m (circa 20 minuti), soprattutto nelle giornate di bel tempo.

Il sentiero prosegue quindi in modo più pianeggiante attraversando ripidi prati alpini. In caso di terreno bagnato è necessaria particolare attenzione, poiché sussiste il rischio di scivolare lungo i pendii. Il percorso diventa poi più agevole, alternando lievi salite e discese e offrendo continuamente panorami mozzafiato. Dopo aver attraversato diversi crinali montani compaiono le prime baite alpine. Al chilometro 5,4 si raggiunge la Malga Mahd, dotata di una splendida terrazza soleggiata e di un curato prato ricreativo. Dopo ulteriori 400 metri lungo il sentiero n. 1 si arriva alla Malga Hinteregg, anch'essa rinomata per l'ottima cucina. Presso il torrente Grafeisenbach è possibile rifornirsi nuovamente di acqua.

Da qui una strada forestale (sentiero n. 1) conduce alle malghe successive e infine al Rifugio Hirzer, raggiungibile in circa 30 minuti dalla Malga Hinteregg. Nelle immediate vicinanze si trovano sette malghe, tutte note per la qualità della loro offerta

gastronomica. Il Rifugio Hirzer accoglie calorosamente gli escursionisti e offre un eccellente punto di appoggio per il pernottamento, con camere recentemente rinnovate.

ATTRATTIVE

- + Le malghe delle Alpi Sarentine
Le malghe delle Alpi Sarentine sono parte della cultura alpina da secoli. Utilizzate come pascoli estivi, hanno modellato il paesaggio culturale fatto di prati, sentieri e recinzioni. Un tempo attraversate da pastori e commercianti, oggi sono ancora testimonianza viva della tradizione alpina.

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + Mahdalm: tradizionale malga a circa 2.000 m con terrazza solarium e splendido panorama sulle montagne (punto di sosta ideale lungo il percorso)
- + Hintereggalm: malga a circa 2.000 m con specialità regionali e fonte di acqua potabile (ultimo importante punto di ristoro prima della Hirzerhütte)
- + Rifugio Hirzer: rifugio alpino a circa 1.980 m con possibilità di ristoro nel cuore dell'area del Monte Hirzer

PERNOTTAMENTO

- + Rifugio Hirzer: rifugio alpino a circa 1.980 m (possibilità di pernottamento in camere rinnovate direttamente al termine dell'itinerario)
- + Saltusio: località della Val Passiria con diversi hotel e pensioni (alternativa al pernottamento in rifugio, raggiungibile con la funivia Hirzer)

PERIODO CONSIGLIATO

GIU LUG AUG SET OTT

Rifugio Hirzer

Hirzer – Punta Ce

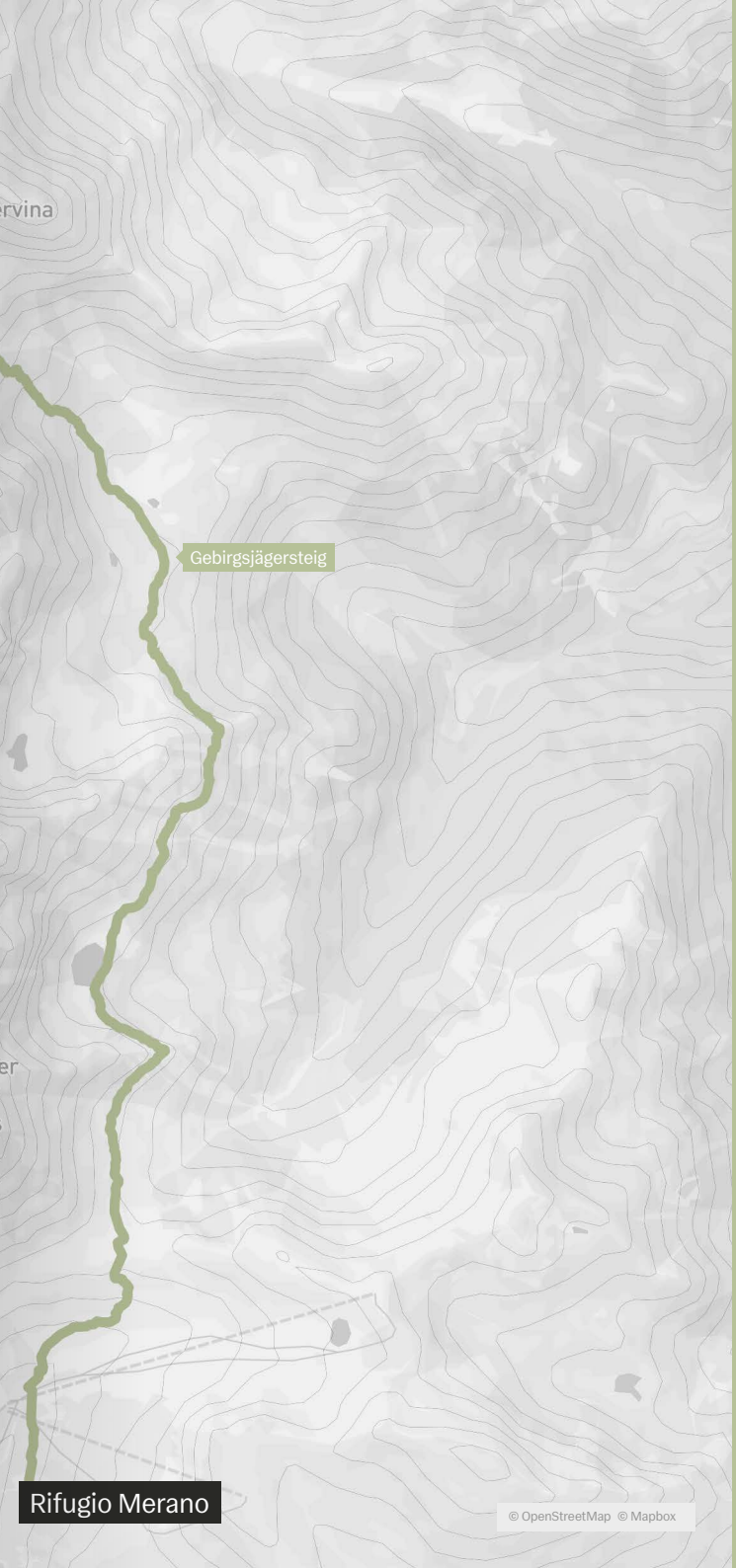
Videgg

Vorderer Verdins
Plattenspitz –
Laste di Verdins

Tappa 10

RIFUGIO HIRZER → MERANO 2000

ALLA MAPPA INTERATTIVA



rvina

Gebirgsjägersteig

er

Rifugio Merano

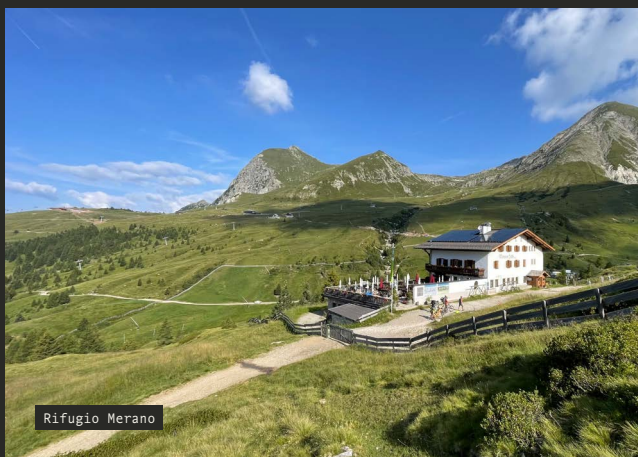
© OpenStreetMap © Mapbox



Wegverlauf Seilversicherung



Hirzer



Rifugio Merano



Tappa 10

RIFUGIO HIRZER → MERANO 2000

+ Difficoltà: difficile

+ Tempo: 5.45 h

+ Lunghezza: 10,4 km

+ Salita: 823 m

+ Discesa: 845 m

+ Punto più alto: 2.682 m

+ Punto più basso: 1.924 m

La tappa più alpina dell'E5 in Italia: sentieri stretti, ghiaioni e lunghe traversate attraverso l'aspro ambiente montano delle Alpi Sarentine – selvaggia, silenziosa e impegnativa fino a Merano 2000.

Dal Rifugio Hirzer a Merano 2000, l'E5 mostra ancora una volta tutto il suo carattere alpino. I dolci pascoli attorno all'Hirzer rimangono presto alle spalle e il terreno, soprattutto nei pressi della Forcella Hirzer (Hirzerscharte, 2.698 m), diventa progressivamente più aspro, roccioso e tipicamente d'alta montagna.

Attraverso sentieri stretti, traversi su terreno pietroso e tratti esposti, il percorso supera la Forcella Hirzer e prosegue lungo il Sentiero dei Cacciatori Alpini (Gebirgsjägersteig), attraversando il silenzioso paesaggio montano delle Alpi Sarentine. Molto più in basso si estende la Val Passiria, mentre tutt'intorno cime scoscese e versanti brulli definiscono il carattere di questa tappa.

Dalla Forcella Hirzer è inoltre possibile effettuare una deviazione verso la cima dell'Hirzer. Con il bel tempo, la salita è particolarmente consigliata e regala una vista panoramica a 360 gradi sulle montagne circostanti.

Si tratta della tappa più alpina dell'E5 in territorio italiano e, considerando l'intero itinerario, di una delle più impegnative dal punto di vista alpinistico. Il percorso richiede sicurezza di passo, concentrazione e condizioni meteorologiche stabili, poiché in alcuni tratti si sviluppa su sentieri classificati come difficili (T4). Lunghe traversate, ghiaioni e gli ampi spazi delle quote elevate fanno apparire questa sezione più severa e selvaggia rispetto a molte delle tappe precedenti.

Proprio questa caratteristica ne costituisce il fascino: non una tappa da percorrere rapidamente, ma una lunga giornata immersi nel cuore della montagna.

Solo verso la fine compaiono i primi pascoli alpini dell'area di Merano 2000. Dopo i lunghi tratti rocciosi in quota, il ritorno a un paesaggio più dolce e verde appare quasi sorprendente.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

La tappa inizia presso il Rifugio Hirzer, situato a 1.983 m s.l.m., un'accogliente struttura ideale per il pernottamento (attenzione: giorno di chiusura il sabato). Dopo aver riempito le borracce, si parte lungo un ampio sentiero che sale dolcemente. Lungo il percorso sono presenti numerose possibilità per rifornirsi di acqua.

Dopo appena 300 metri il sentiero passa accanto alla suggestiva Malga Tallner. Si prosegue sempre in direzione dell'"Hirzer", seguendo tratti di sentiero in parte erosi dalle intemperie. Il percorso si restringe progressivamente e diventa sensibilmente più ripido, salendo con numerosi tornanti tra cespugli di rododendro e pascoli frequentati dalle mucche, consentendo di guadagnare rapidamente quota.

Dopo circa 580 metri di dislivello e circa 3 chilometri di cammino si raggiungono i primi tratti attrezzati con cavi d'acciaio. In questa sezione è richiesta una sicura padronanza del passo, poiché il sentiero attraversa versanti ripidi e canaloni. Dopo ulteriori 300 metri si raggiunge la Forcella Hirzer (Giogo Piatto) a quota 2.698 m, punto più alto e passaggio chiave dell'intera tappa. Da qui si apre uno straordinario panorama con vista libera sulla Val Sarentino.

Variante

Con il bel tempo è possibile effettuare una deviazione di circa mezz'ora fino alla Cima Hirzer (2.781 m), che offre un indimenticabile panorama a 360 gradi sulle montagne circostanti. Il sentiero è stretto, ripido e non privo di rischi. È consigliabile non trattenersi troppo a lungo sulla vetta, poiché anche la discesa è ripida e il percorso fino alla meta della tappa rimane ancora lungo.

Proseguimento del percorso

Con o senza salita alla vetta, dopo una breve sosta alla Forcella Hirzer si cambia versante e si scende sul lato orientale della montagna. Dopo quasi 600 metri di dislivello in discesa, il sentiero attraversa ghiaioni e conduce a dolci prati alpini costellati da piccoli laghi di montagna, fino a raggiungere un bivio.

Si segue il sentiero ben visibile sulla destra, il Sentiero dei Cacciatori Alpini (Gebirgsjägersteig), sentiero n. 4, anche se dalla Forcella Hirzer in poi la segnaletica è piuttosto scarsa. Con continui saliscendi si attraversano pendii a tratti molto ripidi lungo un sentiero stretto e panoramico.

Dopo circa 7,5 km dal Rifugio Hirzer si raggiunge il limpido Lago di Kratzberg, luogo ideale per una sosta e, nelle giornate più calde, anche per un bagno rinfrescante.

Dopo la pausa si prosegue dritti al bivio in direzione del Passo Missensteiner (Missensteiner Joch) seguendo il sentiero n. 4. Da qui il percorso diventa più ampio e agevole, grazie anche alla presenza di numerosi escursionisti provenienti dal comprensorio di Merano 2000.

Al Passo Missensteiner, situato a 2.120 m di quota, un grande crocifisso in legno dà il benvenuto agli escursionisti. Da qui si entra nel comprensorio escursionistico e sciistico di Merano 2000, dove durante l'estate pascolano i famosi cavalli Haflinger.

Dal passo si prosegue sempre lungo il sentiero n. 4 in costante discesa, passando accanto alla Malga Grübl fino a raggiungere una strada forestale. Seguendo la strada verso sinistra e leggermente in salita si arriva direttamente al Rifugio Merano.

Poco prima del rifugio si trova la Malga Kirchsteiger, che offre anch'essa possibilità di pernottamento.

La meta della tappa, il Rifugio Merano, è un rifugio dell'AVS (Alpenverein Südtirol) con circa 50 posti letto, che offre diverse soluzioni di alloggio, dalle camere confortevoli ai tradizionali dormitori alpini.

ATTRATTIVE

- + Il mondo montano delle Alpi Sarentine
Un paesaggio più dolce rispetto alle Alpi Venoste: prati alpini, cime accessibili come l'Hirzer e un ambiente autentico tra Dolomiti e Alpi dello Stubai.

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + Tallner Alm: malga tradizionale a circa 2.000 m, situata direttamente all'inizio dell'itinerario (apprezzata area di sosta nella zona del Monte Hirzer)
- + Grüblalm: malga con servizio di ristorazione a circa 1.900 m, nei pressi del Passo Missensteiner Joch (possibilità di ristoro nell'area di Merano 2000)
- + Kirchsteiger Alm: malga vicino al termine dell'itinerario a circa 1.950 m (cucina regionale e terrazza panoramica con vista sulle montagne)

PERNOTTAMENTO

- + Hirzerhütte: rifugio alpino a 1.983 m (accogliente possibilità di pernottamento al punto di partenza dell'itinerario)
- + Kirchsteiger Alm: malga a circa 1.950 m (possibilità di pernottamento poco prima del termine dell'itinerario)
- + Meraner Hütte: rifugio dell'AVS a circa 1.960 m con circa 50 posti letto (punto di arrivo dell'itinerario con camere e dormitorio)

PERIODO CONSIGLIATO

GIU LUG AUG SET

chenna
- Scena

Rifugio Merano

ch

Hafling

38

Burgstall
- PostalGargazon -
Gargazzone

S. Giacomo sul Langfenn

Mölten -
MeltinaVersein -
Vallesina

Verschneid

ian

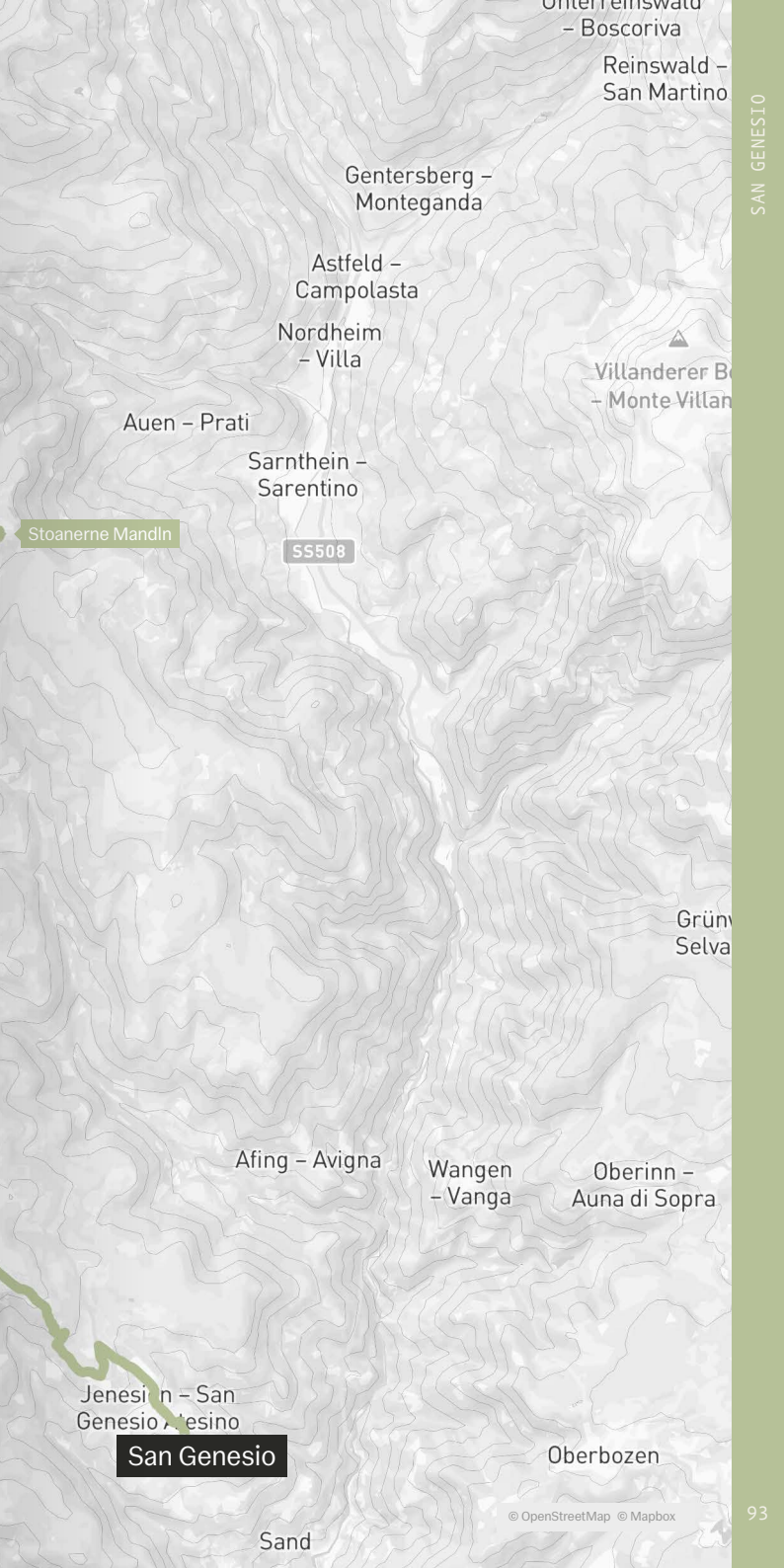
Tappa 11

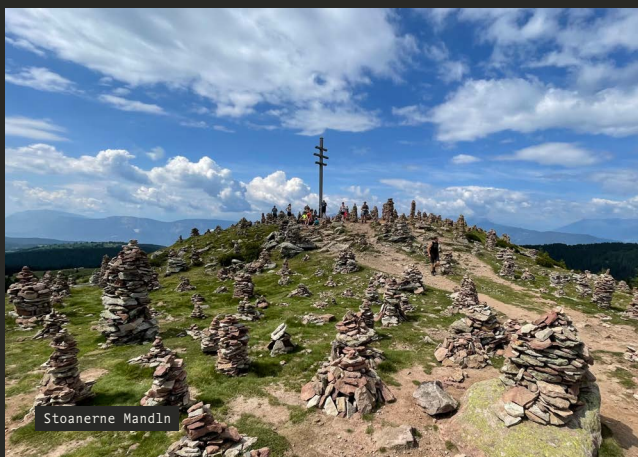
MERANO 2000 →
Nals - Nalles
SAN GENESIOTschaufer Höhe
- Colle del Giovo

ALLA MAPPA INTERATTIVA

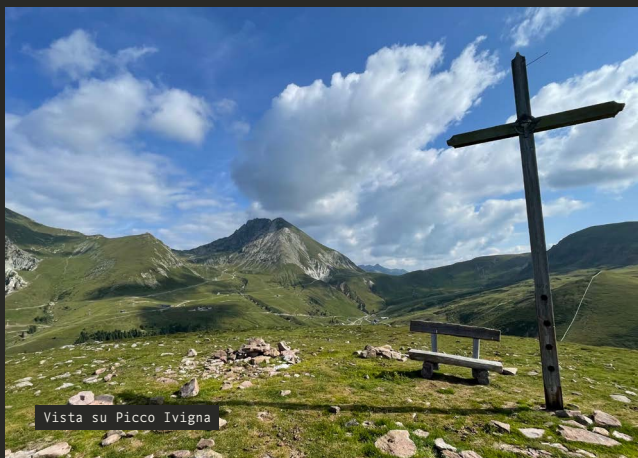
an -
Terlano

Andrian





Stoanerne Mandln



Vista su Picco Ivigna



San Genesio



Tappa 11

MERANO 2000 → SAN GENESIO

+ Difficoltà: difficile

+ Tempo: 6.30 h

+ Lunghezza: 21,8 km

+ Salita: 370 m

+ Discesa: 1.258 m

+ Punto più alto: 2.083 m

+ Punto più basso: 1.047 m

Sentieri panoramici, atmosfera di malga e spettacolari vedute sulle Dolomiti: la tappa dell'E5 da Merano 2000 a San Genesio Atesino unisce rilassanti percorsi in quota al più autentico piacere dell'Alto Adige.

La tappa da Merano 2000 a San Genesio Atesino combina suggestivi sentieri panoramici con il fascino unico del paesaggio alpino altoatesino. L'E5 si snoda lungo dolci percorsi che attraversano ampi prati montani, caratteristiche malghe e luminosi boschi di larici, sempre accompagnato da magnifiche viste sulle Dolomiti e sulla Valle dell'Adige.

Dopo il carattere decisamente alpino delle tappe precedenti, il sentiero escursionistico a lunga percorrenza mostra qui il suo volto più piacevole e rilassato: meno ripido, ma ancora più ricco di panorami. Lungo il percorso numerosi punti di ristoro invitano a gustare le specialità regionali e a lasciarsi avvolgere dalla tranquillità delle Alpi Sarentine. L'itinerario, vario e panoramico, segue splendidi crinali montani e conduce infine a San Genesio Atesino, il soleggiato altopiano situato sopra Bolzano. Una tappa ideale per chi desidera unire il piacere della natura, ampie vedute e la tradizionale cultura delle malghe dell'Alto Adige.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

La tappa inizia presso il Rifugio Merano, dove è consigliabile fare una buona scorta d'acqua, poiché nei successivi 9 km non vi saranno possibilità di rifornimento. Si segue inizialmente la strada forestale verso sud (a destra guardando dal rifugio) e, dopo circa 500 metri, si svolta a destra in direzione del Giogo della Croce (Kreuzjoch) seguendo il sentiero n. 4. I primi metri si percorrono su una strada di malga che si trasforma ben presto in un sentiero escursionistico.

Vale la pena effettuare una breve deviazione al Monte Spieler (2.080 m), situato poco a ovest del percorso. In vetta si viene ricompensati con un magnifico panorama e una comoda panchina che invita a una piacevole sosta.

Si prosegue poi lungo il crinale montano, inizialmente in discesa fino al Kreuzjöchl (1.984 m), per poi risalire leggermente nella stessa direzione fino alla cima del Kreuzjoch (2.086 m). Una volta raggiunta la vetta, una spettacolare piattaforma panoramica a 360 gradi offre un ultimo sguardo su Merano 2000 prima che il sentiero prosegua lungo il crinale in discesa. A un bivio si mantiene la sinistra seguendo il sentiero n. 4 fino a raggiungere l'Auener Jöchl (1.926 m).

Al valico si ignorano i sentieri che si diramano a destra e a sinistra e si continua per alcuni metri in direzione degli Omini di Pietra (Stoanerne Mandln). Qui il tracciato principale dell'E5 scende sulla destra; tuttavia è vivamente consigliata la variante leggermente più lunga che passa per la cima degli Omini di Pietra (Schöneck).

In questo caso si segue il sentiero n. 11 sulla sinistra, attraversando dapprima un piccolo ma magnifico altopiano dove, durante l'estate, pascolano mandrie di bovini e cavalli Haflinger. Dopo un'ulteriore salita di circa 70 metri di dislivello si raggiunge la croce di vetta dello Schöneck / Stoanerne Mandln a quota 2.001 m, circondata da centinaia di piccoli ometti di pietra che creano uno scenario davvero suggestivo.

Il percorso successivo (sentiero n. 23A e poi a destra sul sentiero n. 28) scende lungo la cresta meridionale fino alla Malga Möltner Kaser (1.763 m), raggiunta dopo circa 9 km dalla

partenza. La malga si trova in un'idilliaca radura nel bosco ed è il luogo ideale per una pausa. Qui si trova anche la prima possibilità di rifornirsi nuovamente di acqua dalla partenza. In questo punto la variante attraverso gli Omini di Pietra si ricongiunge al percorso principale dell'E5.

Dalla malga una comoda strada forestale prosegue verso sud in direzione del Salto (Salten). Dopo aver superato la modesta elevazione del Möltner Joch (1.733 m), il sentiero continua verso sud passando accanto a caratteristiche baite alpine e grandi croci campestri che costeggiano il percorso.

Al primo bivio l'E5 segue il sentiero di sinistra e successivamente quello di destra. Si raggiunge quindi una strada forestale trasversale, che viene seguita brevemente verso sinistra, per poi imboccare subito sulla destra il sentiero n. 1.

Si supera quindi il parcheggio di Schermooos e, svoltando a sinistra, si sale alla Chiesa di San Giacomo, dove si trovano un ulteriore punto panoramico e un piccolo punto di ristoro.

Il sentiero n. 1 prosegue nella stessa direzione attraversando un suggestivo viale di larici e scendendo dolcemente tra prati e boschi. Il Sentiero delle Leggende (Sagenweg) accompagna l'escursionista lungo i morbidi dossi dei prati di Langfenn, passando accanto al leggendario Rabenbühel, luogo attorno al quale si tramandano antiche storie di streghe.

Dopo quasi 20 km il Sentiero delle Leggende termina e si raggiunge una strada asfaltata. Dopo una breve deviazione alla locanda Gasthaus Edelweiss, si svolta a destra e si segue il Sentiero Guggen (n. 33), che attraversa il bosco e scende fino a un'altra strada asfaltata.

Lungo il percorso merita una sosta il maso con ristoro Wietererhof. Seguendo poi la strada asfaltata verso destra si raggiunge infine il paese di San Genesio Atesino, al termine di una giornata varia e ricca di panorami spettacolari e momenti indimenticabili.

ATTRATTIVE

- + Cima "Stoanerne Mandln"
Cima panoramica famosa per i numerosi ometti di pietra. Offre viste spettacolari su Dolomiti, Alpi Sarentine e catena principale alpina.
- + Altri punti panoramici (Spieler, Kreuzjoch, Tschöggberg)
Ampie creste e altipiani con viste su Dolomiti, Ortles, Alpi Sarentine e catena alpina principale. Alcuni punti dispongono di piattaforme panoramiche.
- + Sentiero delle leggende del Salto
Percorso tematico con installazioni dedicate alle leggende altoatesine. Attraversa prati di larici con vista sulle Dolomiti. Progetto anche scolastico e culturale locale.

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + Möltner Kaseralm: malga tradizionale a 1.763 m in un'idilliaca radura nel bosco (popolare punto di sosta con possibilità di rifornimento d'acqua)
- + Locanda presso la chiesa di San Giacomo: piccolo esercizio nei pressi della chiesa a Schermos (punto di ristoro con vista panoramica)
- + Hofschank Wiettererhof: accogliente maso con ristoro poco prima di San Genesio (specialità tipiche altoatesine in ambiente rurale)

PERNOTTAMENTO

- + Rifugio Merano: rifugio CAI/AVS a circa 1.960 m con camere e dormitorio (punto di partenza dell'itinerario)
- + San Genesio: soleggiato altopiano sopra Bolzano con hotel, locande e pensioni (meta di tappa con buona infrastruttura turistica)

PERIODO CONSIGLIATO

GIU LUG AUG SET OTT

Jenesien – San
San Genesio

Sand

St. Anton

Talferwiesen

MORITZING
– SAN
MAURIZIO

GR
QUIREIN

Rozen
Bozano

NEUSTIFT

ASLAGO –
HASLACH

SS38

A22

Kohlern



BZO

Titschen

Biotop Totes M



Tappa 12

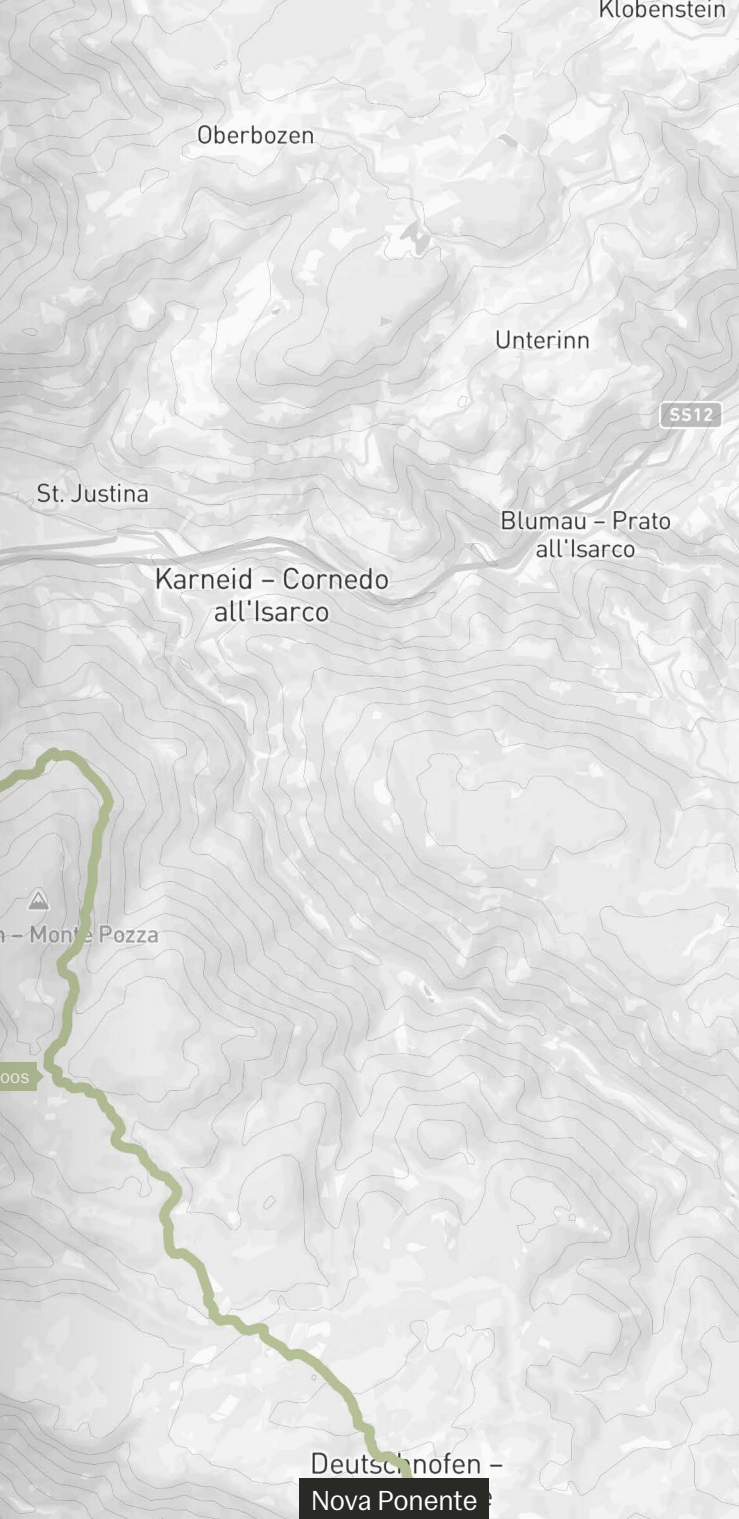
**SAN GENESIO →
NOVA PONENTE**

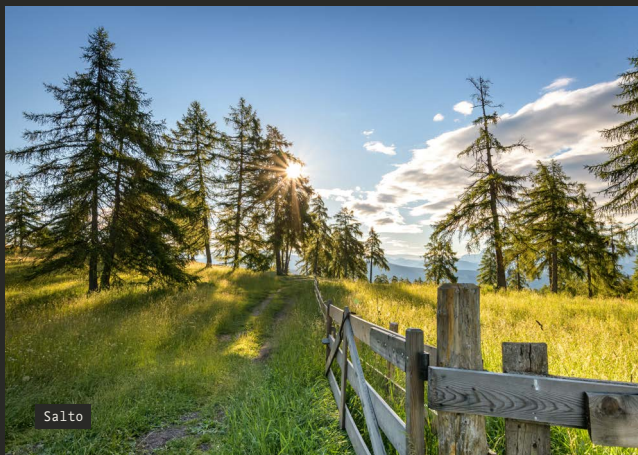
aves – Leifers

ALLA MAPPA INTERATTIVA

Pfatten

Bronzolo

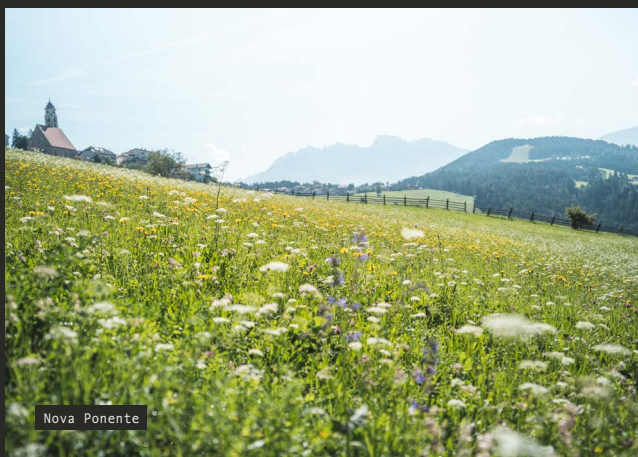




Salto



Rovine di Castel Rafenstein



Nova Ponente



Tappa 12

SAN GENESIO → NOVA PONENTE

+ Difficoltà: difficile

+ Tempo: 9.30 h

+ Lunghezza: 23,6 km

+ Salita: 1.360 m

+ Discesa: 1.068 m

+ Punto più alto: 1.477 m

+ Punto più basso: 261 m

Tra due mondi dell'Alto Adige – o nel cuore della regione: dal villaggio montano di San Genesio si scende nel vivace centro di Bolzano. Da Colle dei Contadini (raggiungibile a piedi o con la funivia), il percorso prosegue immerso nella tranquillità dell'altopiano collinare del Monte Regolo fino all'idilliaco paese di Nova Ponente.

Dopo le tappe alpine tra Zwieselstein e Merano 2000, che permettono di ammirare gli straordinari paesaggi delle Alpi Venoste e delle Alpi Sarentine, questa tappa assume un carattere più dolce e rilassato. Dal pittoresco paese di San Genesio Atesino si scende comodamente verso Bolzano, accompagnati da splendide vedute sulle Dolomiti.

A Bolzano, il vivace centro dell'Alto Adige, è il momento di passeggiare: il percorso attraversa la suggestiva Passeggiata del Talvera, passa nel cuore del centro storico e attraverso Piazza delle Erbe, fino a raggiungere la stazione a valle della Funivia del Colle, situata sul lato opposto della città. In alternativa alla salita a piedi, è possibile utilizzare la funivia per superare comodamente gli 800 metri di dislivello che separano Bolzano dal villaggio montano di Colle dei Contadini (Bauernkohlern). Una soluzione particolarmente interessante, poiché questa tappa, pur essendo tecnicamente facile (T2), è piuttosto lunga.

Non appena si lascia la stazione a monte, il paesaggio torna silenzioso e rilassante: il piccolo borgo di Colle dei Contadini e la natura circostante offrono un piacevole contrasto con l'atmosfera urbana di Bolzano. Ci si trova ora ai margini delle Dolomiti, su una sorta di altopiano ondulato caratterizzato da dolci paesaggi montani, con le imponenti cime dolomitiche a fare da scenografico sfondo.

La meta della tappa, Nova Ponente, è un affascinante villaggio perfettamente inserito nel paesaggio altoatesino e ideale per concedersi un meritato momento di relax.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

Il punto di partenza di questa tappa si trova presso il parcheggio accanto alla fermata dell'autobus "Lintnermoos", nella frazione di Grumo (Grumer), sotto il centro del paese di San Genesio Atesino, il pittoresco villaggio montano situato sopra Bolzano. Fin dai primi passi si viene ricompensati da magnifiche vedute sulle Dolomiti.

Dal parcheggio si imbecca la Via Pichl, una piccola strada che si dirige verso est. Dopo circa 100 metri il sentiero n. 2B si stacca sulla sinistra e attraversa una breve radura prima di entrare nel bosco. Dopo circa 2 km, seguendo questo sentiero (e successivamente il sn. 2 sulla destra), si scende fino a raggiungere le rovine del Castello di Rafenstein, che dominano la valle dall'alto di una collina. Accanto ai ruderi si trova l'omonimo ristorante. Prima delle rovine si svolta a sinistra sulla strada di montagna, segnalata anch'essa come sentiero n. 2, continuando in discesa fino ai margini della città di Bolzano. Una volta raggiunto il fondovalle, si passa sotto la Strada della Val Sarentino e si segue il fiume Talvera, dapprima lungo la Passeggiata del Talvera e, dopo il secondo ponte, sull'altra sponda del fiume verso il centro città fino al Ponte Talvera, il primo ponte carrabile.

Qui si svolta a sinistra in direzione del centro storico e si percorre Via Museo fino a raggiungere Piazza delle Erbe, famosa per il suo tradizionale mercato ricco di frutta e verdura fresca. Attraversata la piazza verso destra, dopo circa 150 metri si svolta a sinistra in Via della Mostra, raggiungendo Piazza Walther, il cuore di Bolzano, dedicata al poeta Walther von der Vogelweide.

Numerosi ristoranti, gelaterie e pizzerie animano la piazza. Si attraversa diagonalmente la piazza e si prosegue a sinistra per Via Rainer e successivamente a destra per Via Laurino, raggiungendo direttamente la stazione ferroviaria di Bolzano.

L'E5 segue quindi Via Renon verso sinistra fino alla stazione a valle della Funivia del Renon. La segnaletica conduce poi verso destra in direzione di Bolzano-Bivio (Bozner Boden) e, dopo aver attraversato i binari ferroviari, lungo Via Macello. Si esce diagonalmente a sinistra da una grande rotatoria e poco dopo si attraversa il fiume Adige tramite Via Sopron e il Ponte Campiglio. Dopo essere passati sotto l'autostrada si raggiunge la stazione a valle della Funivia del Colle, che segna anche l'uscita dalla città di Bolzano.

Sotto la funivia un sentiero sale verso destra (ovest) sul crinale situato a ovest dell'impianto. Il percorso prosegue lungo il ripido costone e infine sotto la linea della funivia fino alla stazione a monte, dove una torre panoramica in legno offre una vista straordinaria a 360 gradi. Dopo circa 500 metri si raggiunge il villaggio di Colle dei Contadini (Bauernkohlern); mantenendo la sinistra lungo la strada si arriva, dopo circa un chilometro, a Colle dei Signori (Herrenkohlern).

Da qui una strada forestale sale dolcemente per circa 2,5 km fino alla Malga Wolfstal, dove è possibile gustare specialità regionali e piatti tradizionali. Si prosegue quindi lungo la strada forestale fino al biotopo Totes Moos. Da qui si segue la strada forestale verso sinistra per circa 1 km, prima che il percorso continui per un altro chilometro su un sentiero che conduce brevemente a una strada asfaltata presso il maso Stanerhof. L'E5 svolta poi a sinistra su un sentiero nel bosco e scende fino alla zona umida di Tschinggermoor.

Qui il percorso segue nuovamente una strada asfaltata verso destra per circa 300 metri, per poi deviare ancora a sinistra su un sentiero nel bosco che conduce al maso Wölflhof, un luogo ideale per una sosta. Presso il Wölflhof convergono e si diramano numerosi percorsi. Attraversando il maso, l'E5 segue la strada per alcuni metri fino a una curva verso destra. Qui si stacca sulla sinistra una strada forestale (sentiero n. 3) e subito dopo, sulla destra, il sentiero n. 1, 2 ed E5.

Il percorso prosegue ora con una salita graduale di circa 150 metri di dislivello, alternando sentieri, strade forestali e brevi tratti asfaltati attraverso prati e boschi. Dopo circa 2 km si raggiunge la meta della tappa: Nova Ponente.

Attrattive

- + **Rovine di Castel Rafenstein**
Antico castello medievale sopra Bolzano con vista panoramica sulla Val d'Adige.
- + **Castel Mareccio (Bolzano)**
Castello medievale circondato da vigneti, oggi sede culturale ed eventi.
- + **Centro storico di Bolzano**
Incontro tra cultura alpina e mediterranea, con portici, mercato della frutta e Piazza Walther. Ulteriori informazioni
- + **Funivia del Colle**
Una delle funivie passeggeri più antiche al mondo (1908), collega Bolzano con il Colle.
- + **Biotopi Totes Moos e Tschinggermoor**
Torbiere protette su altopiani con biodiversità unica e passerelle in legno.

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + **Ristorante presso la rovina di Castel Rafenstein:** punto di ristoro direttamente sopra Bolzano a circa 700 m (complesso storico con ristorazione e vista sulla Valle dell'Adige)
- + **Wolfstalalm:** malga a circa 1.600 m nella zona di Colle (Kohlern) (cucina regionale e posizione tranquilla nel bosco lungo la salita da Bolzano)
- + **Wölflhof:** rifugio di montagna a circa 1.300 m in area boschiva sopra Bolzano (punto di sosta e ristoro lungo il sentiero panoramico verso Nova Ponente)

PERNOTTAMENTO

- + Bolzano: numerosi hotel, pensioni e strutture urbane a circa 260 m (principale punto di approvvigionamento e pernottamento nel centro storico)
- + Colle (Bauernkohlern): piccole strutture ricettive e locande a circa 1.100 m (tranquillo insediamento montano sopra Bolzano, raggiungibile con la funivia)
- + Nova Ponente: hotel, locande e appartamenti a circa 1.350 m (meta di tappa sul Regglberg con buona infrastruttura turistica)

PERIODO CONSIGLIATO

MAG GIU LUG AUG SET OTT



Tappa 13

NOVA PONENTE → REDAGNO DI SOPRA

[ALLA MAPPA INTERATTIVA](#)

Petersberg –
Monte San Pietro

Santuario di Maria Weißenstein

Kaltherber –
Monte Pausabella

Gola

Oberradein –
Redagno di Sopra

Grube – Fossa

Unterradein –



Obkircher Berg -
Monte Soprachiesa

Platten - Laste

Deutschnofen -
Nova Ponente

Moos

Daumberg -
Monte Daum

del Bletterbach



Santuario di Maria Weißenstein



Lahner Alm



Gola del Bletterbach (Geoparco UNESCO)



Tappa 13

NOVA PONENTE → REDAGNO DI SOPRA

+ Difficoltà: media

+ Tempo: 4.15 h

+ Lunghezza: 12,4 km

+ Salita: 564 m

+ Discesa: 368 m

+ Punto più alto: 1.691 m

+ Punto più basso: 1.324 m

Tra silenziosi prati alpini, un santuario e la selvaggia Gola del Bletterbach: un'escursione attraverso mondi diversi - sorprendente, autentica e ricca di magia dolomitica.

Questa tappa dell'E5 da Nova Ponente a Redagno di Sopra appare in alcuni tratti come un viaggio attraverso più mondi in un solo giorno. Tra boschi tranquilli, soleggiati prati alpini e le ampie vedute della Val d'Ega, all'improvviso compare il santuario di Maria Weißenstein - un magnifico luogo di pellegrinaggio immerso nel paesaggio montano, quasi troppo bello per essere casuale.

Poco dopo, lo scenario cambia nuovamente: il sentiero entra nella selvaggia Gola del Bletterbach, riconosciuta come Geoparco UNESCO - il "Grand Canyon dell'Alto Adige". Qui strati rocciosi alti decine di metri si sovrappongono in formazioni bizzarre, come le pagine di un antico libro di storia. A tratti si cammina su morbidi sentieri di prato, a tratti tra gole rocciose e paesaggi che ricordano più una superficie lunare che l'Alto Adige. Ad ogni chilometro questa tappa diventa più sorprendente, fino a raggiungere infine Redagno di Sopra: tranquillo, isolato e il luogo perfetto per concludere una giornata escursionistica fuori dal comune.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

Il tour inizia nel centro di Nova Ponente, presso la chiesa parrocchiale. Si segue la strada asfaltata che scende leggermente verso est attraversando il paese e si rimane sempre sul sentiero E5, ben segnalato. Dopo 500 m si stacca a destra un sentiero che attraversa un pittoresco prato. A destra pascolano le mucche, mentre il percorso scende leggermente e nell'ultimo tratto risale fino alla strada principale.

Si attraversa la strada e si svolta a sinistra; dopo 50 m si ritrova già la segnaletica e il percorso prosegue verso destra. Con lievi saliscendi si alternano tratti di strada asfaltata e sterrata. Una curva marcata verso sinistra introduce il tratto successivo, che prosegue nuovamente in leggera discesa. Si rimane per circa 4,5 km sulla strada forestale, che scende dolcemente fino a un ponte in legno.

Da qui il sentiero inizia a salire verso sinistra e presto si sceglie il ramo sinistro dei due sentieri (n. 2). Per il chilometro successivo si sale con pendenza moderata fino a raggiungere prati aperti e la località "Maria Weißenstein". Maria Weißenstein è considerato il più importante luogo di pellegrinaggio dell'Alto Adige e la maestosa basilica, con i suoi tesori artistici, merita una visita.

Il sentiero (n. 1) prosegue dietro l'Hotel "Weißenhorn" salendo verso destra attraverso i prati. Dopo 600 m il percorso torna più pianeggiante e raggiunge una biforcazione con una strada forestale. Qui l'E5 (coincidente con il sentiero n. 1) svolta a sinistra sulla strada forestale e procede in gran parte in piano, con una lieve pendenza. Si continua sempre dritti sul sentiero n. 1 fino a una seconda biforcazione, dove a sinistra si stacca un sentiero stretto (n. 3) che scende fino alla Malga Lahner. Qui si trova un grande parco giochi con un piccolo campo da calcio. La Malga Lahner è perfetta per una pausa.

L'escursione prosegue prima dritto lungo il torrente e poi su una piccola strada verso destra, raggiungendo in pochi minuti il centro visitatori della Gola del Bletterbach. Da qui si scende a sinistra per circa un chilometro nella gola del Bletterbach, su un bel sentiero nel bosco. Progressivamente il paesaggio cambia:

la roccia e il terreno diventano sempre più rossastri, creando uno scenario spettacolare. Nel punto più basso della gola si attraversa il torrente, poi il sentiero risale a destra tramite scalinate.

Il sentiero torna a diventare strada forestale e risale nuovamente. A un incrocio, dopo circa 11 km di percorso, si svolta a destra e si segue un altro sentiero (n. 1-3) che attraversa il bosco. Dopo circa 13 km complessivi si raggiunge infine il centro di Redagno di Sopra, fine della tappa.

ATTRATTIVE

- + Santuario di Maria Weißenstein
Importante luogo di pellegrinaggio del XVII secolo, immerso nei boschi del Passo Regglberg.
- + Gola del Bletterbach (Geoparco UNESCO)
“Grand Canyon dell’Alto Adige”, con stratificazioni geologiche di oltre 40 milioni di anni.
- + Geomuseo di Redagno
Museo dedicato alla geologia del Bletterbach e alla formazione delle Dolomiti.

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + Maria Weißenstein (santuario/pellegrinaggio): Possibilità di ristoro direttamente nell'area della basilica e nei dintorni (zona di accoglienza per pellegrini e punto di ristoro)
- + Hotel Weißhorn (Maria Weißenstein / dintorni): Servizio di ristorazione nell'area adiacente al santuario
- + Lahner Alm: Malga con possibilità di ristoro e sosta, adatta per una pausa più lunga
- + Centro visitatori della Bletterbachschlucht (GEOPARC Bletterbach): Piccolo punto di ristoro nell'area del centro visitatori

PERNOTTAMENTO

- + Oberradein (Redagno di Sopra): Possibilità di alloggio nel punto di arrivo della tappa (piccolo e tranquillo villaggio con poche strutture ricettive)

PERIODO CONSIGLIATO

GIU

LUG

AUG

SET

OTT

Söll – Sella

Tappa 14

REDAGNO DI SOPRA → CAURIA

Auer – Ora

ALLA MAPPA INTERATTIVA

min an der

einstr

meno sulla

ada del Vino

Montan an der
Weinstraße –
Montagna sulla
Strada del VinoNeumarkt
– Egna

Mazon – Mazzon

Oberghlen –
Gleno di Sopra

Laag

Cauria

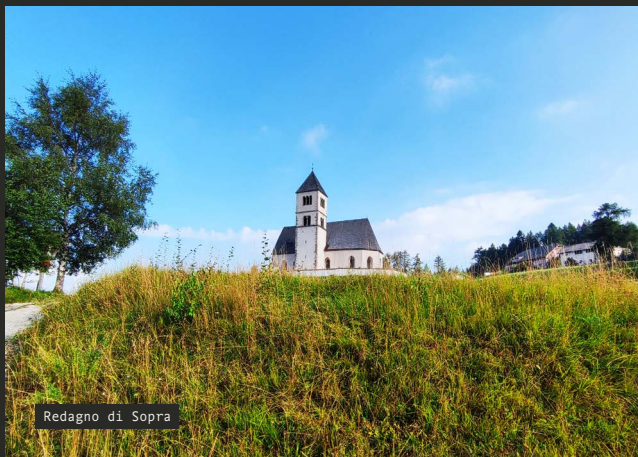
Lago Bianco

Mo
Tru

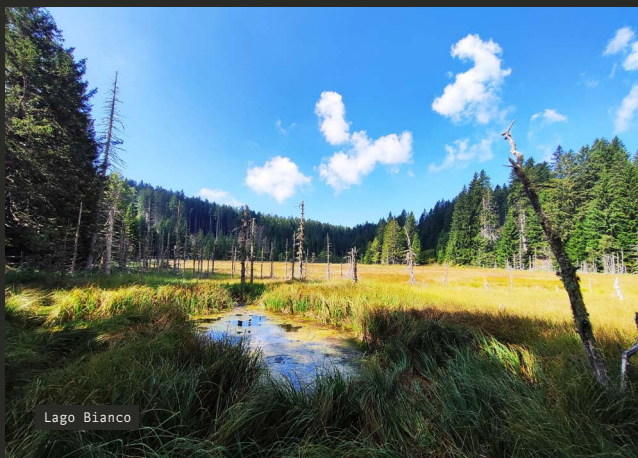
GRÜNWALD 1

BRENNERAUTOBA

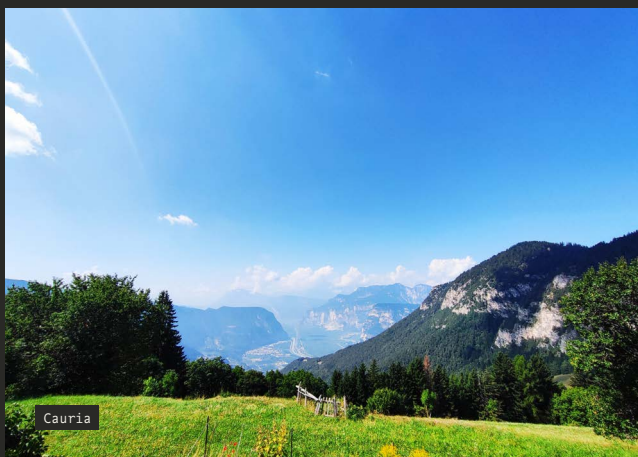




Redagno di Sopra



Lago Bianco



Cauria



Tappa 14

REDAGNO DI SOPRA → CAURIA

+ Difficoltà: difficile

+ Tempo: 7.15 h

+ Lunghezza: 20,1 km

+ Salita: 846 m

+ Discesa: 1.066 m

+ Punto più alto: 1.727 m

+ Punto più basso: 983 m

Da Redagno di Sopra, passando per la Malga Monte Corno e il Lago Bianco, fino a Cauria: una tranquilla tappa dell'E5 tra boschi, prati alpini e paesaggi montani autentici dell'Alto Adige.

Da Redagno di Sopra questa tappa dell'E5 attraversa il paesaggio originario del Parco Naturale Monte Corno fino a Cauria. Dolci prati alpini, boschi ombrosi e sentieri panoramici caratterizzano il percorso, insieme al nascosto Lago Bianco. Più volte si aprono spettacolari viste sulle Dolomiti, sulla Valle dell'Adige e sulle montagne circostanti dell'Alto Adige.

Attraverso la Malga Monte Corno e passando accanto a masi tradizionali, il percorso mostra il lato più tranquillo e autentico della regione. Con sentieri variati, tratti panoramici e il piccolo borgo di Cauria come meta finale, questa tappa unisce natura e ampiezza alpina in un tratto particolarmente suggestivo dell'E5. Un'escursione moderata ma piuttosto lunga, che affascina soprattutto per la varietà paesaggistica e l'atmosfera rilassata lontano dai grandi valichi alpini.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

Questa ultima tappa in territorio altoatesino inizia a Redagno (Redagno di Sopra) presso la chiesa. L'intero percorso è ben segnalato e attraversa le località di Redagno, Fontanefredde e Trodena fino a Cauria sopra Salorno.

Si passa a sud della chiesa e si segue il breve sentiero che scende fino a una strada asfaltata. La si percorre verso destra (ovest) in discesa fino alla sua fine presso il maso Wastlhof (circa 20 minuti da Redagno di Sopra). Dopo il Wastlhof, una ripida strada forestale (sentiero n. 1) conduce fino alla strada principale. La si attraversa e si segue il sentiero escursionistico, passando accanto a piccoli masi e giardini. Si attraversa un ponte in legno, si svolta a destra e si raggiunge la strada principale di Redagno di Sotto.

Si segue la strada per alcune centinaia di metri in discesa e poi si svolta a destra sul sentiero n. 7 che conduce alla frazione di Fontanefredde. A Fontanefredde si segue la strada principale per pochi metri verso destra (qui si trova un negozio di generi misti), poi si svolta subito a sinistra in salita in direzione Trodena.

Dopo alcune curve, a sinistra si dirama un sentiero che conduce infine - con un ultimo tratto su strada asfaltata - al paese di Trodena nel Parco Naturale (circa un'ora da Fontanefredde). Anche qui sono presenti negozi e possibilità di ristoro.

Il paese viene attraversato lungo la strada principale (n. 59). Subito sotto l'Hotel Luvina si svolta a sinistra e poi immediatamente ancora a sinistra. Dopo un fosso si attraversa una piccola strada e si segue una larga strada forestale (sempre seguendo la segnaletica). Con alcuni tagli su sentiero si raggiunge, con una salita progressiva, il Sattel di Cislön.

Da qui il percorso diventa più ripido: attraverso il sentiero n. 3 si abbreviano i tornanti di una strada forestale e, dopo circa 200 metri di dislivello, si raggiunge la Malga Monte Corno.

Subito dopo la malga si prende la strada forestale di sinistra e, dopo circa 300 metri, presso un albero segato e segnalato, si sceglie nuovamente la strada forestale di sinistra (n. 483). Questa conduce al pittoresco Lago Bianco.

Al lago si svolta a sinistra su una strada forestale, dalla quale dopo 750 m si stacca a sinistra un sentiero che scende verso una comoda strada forestale. Dopo 1,1 km su strada forestale, in una curva a sinistra, si stacca dritto un sentiero che alterna tratti di mulattiera e strada forestale e scende in modo ripido e talvolta pietroso fino al bellissimo borgo di montagna di Cauria a 1.328 m.

Qui è consigliata una sosta al Gasthof Fichtenhof, dove si possono gustare ottimi piatti regionali e godere di una vista spettacolare sulla Gola della Chiusa di Salorno.

ATTRATTIVE

- + Parco naturale Monte Corno
Area naturale più ricca di biodiversità dell'Alto Adige, tra ambienti alpini e mediterranei.
- + Lago Bianco
Piccolo lago di torbiera immerso nel bosco, dal paesaggio silenzioso e suggestivo.

POSSIBILITÀ DI SOSTA E RISTORO

- + Possibilità di ristoro a Trodena: Diversi ristoranti, locande e caffè nel centro del paese.
- + Malga Trudner Horn Alm: Malga con servizio di ristorazione nella parte più alta dell'itinerario.
- + Gasthof Fichtenhof (Cauria / Gfrill): Cucina tipica altoatesina e vista panoramica sulla Gola della Chiusa di Salorno. Ideale per la sosta al termine della tappa.

PERNOTTAMENTO

- + Gasthof Fichtenhof (Cauria / Gfrill): Possibilità di pernottamento direttamente al termine della tappa.
- + Altre strutture a Cauria (Gfrill): Piccole pensioni e locande nel villaggio e nei dintorni (non esplicitamente citate nella descrizione della tappa, ma presenti nel paese di arrivo).

PERIODO CONSIGLIATO

GIU LUG AUG SET OTT



Cooperativa per lo sviluppo regionale e la formazione della Val Sarentino (GRW-Sarntal)

Piazza Chiesa 10 – Sarentino
39058 Val Sarentino (BZ) – Italia
(+39) 0471 155 1970
info@grwsarntal.com



www.e5-alps-crossing.com



Tirol West

PITZTAL

ÖTZ
TAL ÖTZTAL
TOURISMUS

passelertal
bei Meran - presso Merano - near Merano


schenna

Hafling
Vöran.Meran2000
bei Meran

Jenesien
San Genesio

 Mölnen
Meltina

SARNTAL
Val Sarentino

 Bolzano Bozen

SÜDTIROLS
SÜDEN

Interreg
Italia – Österreich



Co-funded by
the European Union