

## Trekking vista cielo in Valtellina per abbracciare l'arrivo dell'autunno



Le belle e calde giornate fanno compagnia ancora a molti turisti che si stanno godendo gli ultimi assaggi d'estate prima dell'arrivo della stagione autunnale. Per molti le ferie sono ormai un lontano ricordo ma, grazie alle temperature ancora favorevoli, è possibile (ri)fuggire dalla città per staccare la spina e concedersi dei momenti di pace.

La Valtellina, nel cuore delle Alpi lombarde, insieme ai suoi numerosi sentieri e percorsi è l'alternativa perfetta per chi desidera concedersi ancora qualche giornata o, perché no, una breve vacanza tra la natura e lontano dallo stress del rientro. Infatti, grazie ai suoi meravigliosi paesaggi naturali, i diversi itinerari presenti sul territorio valtellinese sono un toccasana per gli amanti della natura e della montagna e offrono la possibilità di scoprire meglio la Valtellina.

### In Valchiavenna lungo la Via Spluga

Ottobre è l'ultimo mese dell'anno in cui è possibile percorrere la **Via Spluga**, il sentiero **escursionistico-culturale** che collega la cittadina di Chiavenna con Thusis in Svizzera. La Via è lunga 70 km e attraversa borghi storici, gole, antiche mulattiere e, ovviamente, paesaggi e vedute di rara bellezza sull'intera valle. Si tratta di un percorso ideale per gli amanti della natura, della montagna e del trekking, i quali potranno scoprire meglio l'itinerario e tutto ciò che cela lungo le sue tappe percorribili in 3 o più giorni, ma non solo. La presenza di numerose testimonianze storiche invita i turisti a vivere un vero e proprio tuffo nel passato. E grazie alla promozione *Autunno con gusto*, gli escursionisti potranno assaporare i piatti della tradizione con una cena offerta in un croto tipico della Valchiavenna.

Per maggiori informazioni: <https://www.viaspluga.com/it/itinerario/via-spluga/>



### In alta quota in Val Masino

Il Sentiero Roma si trova nel cuore della Val Masino ed è un itinerario di 54 km indicato per escursionisti esperti e ben attrezzati. Gli esploratori, infatti, si troveranno a un'altitudine media di 2.400-2.500 metri percorrendo le cime più rinomate e maestose della Val Masino come il Pizzo Badile, il Monte Disgrazia, il Pizzo Cengalo e la Cima di Castello. Chi parte alla scoperta di questo sentiero potrà dividere l'itinerario in cinque tappe che variano dalle due alle sette ore di percorrenza e che richiedono una grande preparazione fisica. Non è un caso che proprio qui, lungo il Sentiero, si svolge il Trofeo Kima, una gara di corsa in montagna di fama internazionale che richiama l'attenzione di numerosi skyrunner provenienti da tutto il mondo.

Per maggiori informazioni: <https://portedivaltellina.it/itinerari/val-masino/sentiero-roma/>



**Livigno** ospita numerosi itinerari che accompagnano i turisti alla scoperta delle sue imponenti cime di 3000 metri. Una delle escursioni più emozionanti è sicuramente il **giro della Skymarathon** dove gli escursionisti per 17 km attraverseranno tratti selvaggi di rara bellezza ma anche passaggi esposti che richiedono un'adeguata preparazione fisica.

Nato da poco, il **Cammino mariano delle Alpi** è un itinerario di 91 km di valenza religiosa, culturale e turistica che conduce i turisti da Piantedo, prima tappa a inizio Valtellina, fino al rinomato **Santuario della Madonna di Tirano**. Ad oggi è fruibile la sola Via Occidentale ma è già in fase di realizzazione la Via Orientale, di 66km, che collegherà Bormio a Tirano



#### In Valmalenco lungo l'Alta Via

Le Alte Vie sono itinerari divisi in tappe e percorribili in più giorni che permettono di ammirare le bellezze alpine. La Valmalenco ha la sua Alta Via che per 110 km tocca alcuni dei punti più significativi della valle come il lago Palù, le dighe di Campo Moro e di Campo Gena, il vallone dello Scerscen e la conca di Chiareggio. Per tutta la sua lunghezza i turisti saranno circondati da boschi verdi, laghi cristallini e i ghiacciai del Monte Disgrazia, del Bernina e dello Scalino. È importante non sottovalutare lo sforzo fisico che richiedono questo tipo di itinerari: il dislivello, infatti, arriva fino a 1700 metri e gli escursionisti devono avere un equipaggiamento da montagna. I vari rifugi lungo l'Alta Via sono una certezza per chi, dopo una lunga giornata in alta quota, non desidera altro che un buon piatto della tradizione valtellinese.

Per maggiori informazioni: <https://www.sondrioevalmalenco.it/it/itinerari/alta-della-valmalenco>

All'interno del **Parco Nazionale dello Stelvio**, in Valfurva, si trova il **Giro del Confinale**, un percorso ad anello di circa 40 km che collega la Val Zebrù con la Valle dei Forni. L'itinerario può essere diviso in 2, 3 o 4 giorni e qui gli escursionisti vivranno emozionanti passeggiate tra la natura più incontaminata, tra paesaggi alpini, ghiacciai e un patrimonio faunistico unico. Il Giro è perfetto per essere scoperto durante la stagione estiva, da giugno a settembre.