

# LOMBARDIA

## Run The Top



**VALTELLINA**  
TRAIL DER WEINE  
Guides und GPS



Regione Lombardia

# VALTELLINA

## Trail der Weine

Ambassador Marco De Gasperi

Die beiden vorgeschlagenen Routen, die vollständig von den großen Berglauf-Weltmeister Marco De Gasperi konzipiert worden sind, sind eine Art Hommage an die Valtellina Weine, aber auch an der Sturheit der Erzeugern, die die Hänge des Tals geprägt haben, um ihre Weinberge zu realisieren. Insgesamt 42 km mit 2180 m Höhengewinn von Tirano nach Sondrio mit Zwischenhalt in Ponte in Valtellina, vollständig innerhalb der "Valtellina Superiore DOCG". Man überquert zehn Gemeinden teilweise entlang der Weinstraße, wo vor allem auf den Terrassen Weinberge wachsen, perfekt trotz der steilen Klippen, unterstützt durch ausgerichteten Trockenmauern. Ein großes Werk, Ergebnis der Arbeit der Valtellina Erzeugern, im Reich der Valgella, Inferno, Grumello und Sassella.





# VALTELLINA

## Trail der Weine

Ambassador Marco De Gasperi

### STAGE 1

LÄNGE: 27 km

HÖHENGEWINN: 1430 mt D+

TECHNISCHEN DATEN: Weg mit Höhen und Tiefen, aber ohne besonderen technischen Schwierigkeiten, immer sehr lauffar.

NÜTZLICHE INFOS: [www.rifugi.lombardia.it](http://www.rifugi.lombardia.it)

EMPFOHLENE JAHRESZEIT: ganzjährig

MINIMALE ERFÖRDERLICHE AUSRÜSTUNG : GPS, kleine Wasser-Reserve (500 ml), entlang des Weges werden Sie in verschiedenen Punkte Brunnen begegnen. Angesichts der Länge der Strecke wird Mitnahme von energetische Nahrung empfohlen.



## DIE STRECKE VON MARCO DE GASPERI ERZÄHLT

Sofort nach dem Start erreicht man die Kirche von S. Perpetua über Tirano rechts vom Adda Fluß. Man steigt dann ab durch den Weinbergen und man folgt den "Sentiero dei Malviventini". Nachdem man den oberen Teil von Villa di Tirano entlang gelaufen ist, erreicht man die Bianzone Weinberge durch die wunderbare Weinberg Maison "La Gatta". Von hier aus, auf der Strecke die durch die Weinberge von den "Valgella" läuft, erhöht man sich bis zur Kreuzung mit der Straße, die die Val Boalzo entlang läuft. Weiter auf asphaltierten, weißen Straßen kommt man in Teglio an, der höchste Punkt von dieser Strecke, immer einfach lauffar. Den Abstieg von Bianzone nach Teglio ist nicht mehr als 5 km lang mit einem Höhengewinn von mehr als 500 Metern; mit den richtigen Rhythmus kann man sie ohne Schwierigkeit laufen. Es fängt hier einen Abstieg auf Schotterstraße, die die Dörfe von Sant'Antonio und Passeggia erreicht. Die Strecke tritt hier zwischen den Weinbergen fast bis zum Dorf von S. Giacomo und steigt dann weiter bis zu Castionetto. Den Abstieg folgt den Pfad entlang vom Bach von der Val Fontana, läuft über einer Holzbrücke die im Zentrum von Chiuro bringt und steigt weiter bis nach Teglio. Die letzten 7 km nach Ponte in Valtellina sind abwechselnd hoch und runter, wo man den letzten Energien spenden kann.



# VALTELLINA

## Trail der Weine

Ambassador Marco De Gasperi

### STAGE 2

LÄNGE: 15 km

HÖHENGEWINN: 750 mt D+

TECHNISCHEN DATEN: Weg mit Höhen und Tiefen, aber ohne besonderen technischen Schwierigkeiten, immer sehr lauffar.

NÜTZLICHE INFOS: [www.rifugi.lombardia.it](http://www.rifugi.lombardia.it)

EMPFOHLENE JAHRESZEIT: ganzjährig

MINIMALE ERFÖRDERLICHE AUSRÜSTUNG : GPS, kleine Wasser-Reserve (500 ml), entlang des Weges werden Sie in verschiedenen Punkte Brunnen begegnen. Angesichts der Länge der Strecke wird Mitnahme von energetische Nahrung empfohlen.



## DIE STRECKE VON MARCO DE GASPERI ERZÄHLT

Die Strecke, die von Ponte in Valtellina ausgeht steigt auf der Höhe durch Apfelgärten und erreicht Sant'Abbondio di Tresivio. Man kommt zur Kathedral von Tresivio und man beginnt den Abstieg in den Weinbergen vom "Inferno" und nach einer Reihe von Auf-und Abstiege mit klangvollen Passagen, wie in Poggiridenti mit der Kirche von San Fedele, kommt man zum technischsten Teil der ganzen Strecke. Von hier aus, mit Übergänge von steilen Tälern kommt man endlich am schönen Schloss von Grumello (Kulturerbe von Fai). Diese ist die letzte Rauigkeit vom Tag, hier beginnt das endgültige Abstieg durch die Weinberge vom Grumello bis zum Stadtrand von Sondrio. Die letzten zwei Kilometer im historischen Zentrum der Hauptstadt eingesetzt, nützen um den Lauf zu entspannen bis zu der zentralen Piazza Garibaldi, wo diesen zweiten Stage endet.

Diese beiden Wege zusammen, werden am 24. November 2013, die Strecke der ersten Ausgabe des Wine Trail, die erste Trail Running Wette in Valtellina sein. Marco De Gasperi ist einer der Organisatoren von diesen Trail von einer Gesamtlänge von 44 km, das die besten Spezialisten von dieser Disziplin erwartet.



### **MARCO DE GASPERI**

Er ist der erfolgreichste italienische Spezialist vom Berglauf: 6 mal Weltmeister, 5 individuelle Weltmeisterschaften, 11 WM-Teams, 12 Siege im Europacup, nur um die wichtigsten Ergebnisse zu erwähnen.

Kommt aus Valtellina und ist Tester vom Team Scott. Ein großer Athlet in Wetten, toller Mann nach dem Rennen für seine Freundlichkeit und Höflichkeit.

MACH DEN DOWNLOAD  
DER ANDEREN MINI GUIDES

# LOMBARDIA RUN THE TOP

- Trail delle Grigne
- Orobie Trail
- Valtellina - Wine Trail
- Linea Cadorna - Via dei Monti Lariani
- Trail dell'Adamello - Sulle orme della Grande Guerra
- Trincee Trail

**WO**

[www.regione.lombardia.it](http://www.regione.lombardia.it)

[www.rifugi.lombardia.it](http://www.rifugi.lombardia.it)

[www.distanceplus.com](http://www.distanceplus.com)

