



Schmugglerpfade - Grande Casino in den Alpen

Samstag, Anreise nach Livigno

Sonntag, von Livigno nach Sta. Maria *)

Die Gegend um Livigno wird wegen seiner einzigartigen Trails als „Flow Country“ bezeichnet. In „Little Tibet“, wie das Hochtal auf 1.750m Höhe auch gern genannt wird, finden sich auf alten Schmugglerpfaden Trails aller Schwierigkeitsgrade: handtuchschmale, kurvige Singletrails, samtige Waldböden und Nadelwälder mit tollen Abfahrten in grandioser Landschaft – der ideale Spielplatz für uns Mountainbiker!

Zum Einstieg cruisen wir am Lago di Livigno entlang. Der erste Pass des heutigen Tages ist quasi „überschaubar“: nach 500 Höhenmetern bezwingen wir den Passo Alpisella (2.267m). Vor uns grüßt der Gletscher vom „König der Alpen“, dem Ortler. Ein wunderschön verspielter Singletrail windet sich am Hang entlang hinunter zum Ufer des Lago di Fraele.

Balsam für Auge und Seele: das Val del Gallo wird wegen seiner Einsamkeit, Wildheit und Schönheit auch „Klein-Kanada“ genannt. Flowige Trails, unter uns der Seitenarm des Lago di Livigno, dichte Lärchenwälder, sattgrüne Wiesen – Auf- und Abfahrten zum Verlieben!

Über Buffalora erreichen wir den Ofenpass (2.149m). Variantenreich folgen wir dem Schotterband bis zur Alp Munt (2.234m). Voller Neugier biegen wir in den kurvenreichen Singletrail hinab zur Alp Compatsch ein! Und wir werden nicht enttäuscht: toller Abschluss eines „kanadischen“ Tages!

↑ 1.450 hm ↓ 2.100 hm → 55 km

Montag, von Sta. Maria nach Arnoga

Von Sta. Maria schrauben wir uns am frühen Morgen hinauf zur Hochebene von Döss Radond (2.234m). 900 Höhenmeter haben wir zu diesem Zeitpunkt bereits in den Beinen. Wenn man in dieser herrlichen Landschaft überhaupt eine weitere Belohnung braucht – sie folgt in Form eines 10 km langen, leicht abfallenden Schotterweges.

Umgeben von 3.000ern mündet der Weg in einem flowigen Singletrail, der sich durch das Val Mora schlängelt. Mit etwas Glück überraschen wir Gämsen und Rothirsche in der Mittagssonne, ganz sicher werden uns Murmeltiere neugierig beäugen.

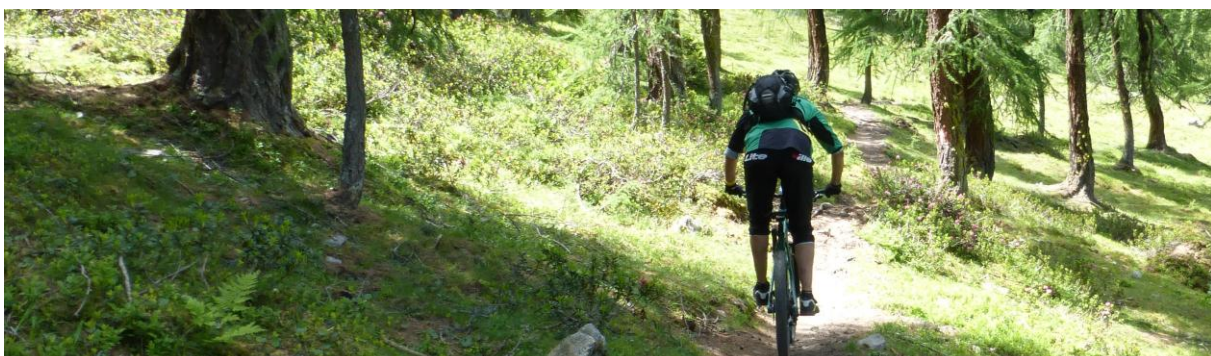
Es ist schon Nachmittag, wenn wir den Lago di Cancano verlassen und zu den Torri di Fraele kommen, alte Wehrtürme hoch oben über Bormio. Tief unter uns grüßt der bekannte italienische Skiort. Auf den unter uns liegenden Serpentinaen könnten wir Bormio erreichen, ohne auch nur einmal in die Pedale zu treten. Wir biegen jedoch nach ab und rollen entspannt und fast höhenmeter-frei durch's Veltlin in Richtung Valdidentro und Decauville bis nach Arnoga.

↑ 1.100 hm ↓ 900 hm → 48 km

Dienstag, von Arnoga ins Oberengadin

Die Bikes sind startklar! Hoffentlich auch unsere Beine, denn viel Zeit und Strecke zum Einrollen bleibt uns heute nicht! Über Asphalt und später Schotter schraubt sich der Weg hinauf zum Passo da Val Viola (2.467m). Im urigen Rifugio Val Viola gönnen wir uns eine kurze Rast, bevor wir die letzten Höhenmeter zum Pass erklimmen. Unter uns schimmert bald der Lago da Val Viola in der Mittagssonne.

Durch ein Meer aus kleinen und großen Steinen zirkeln wir trailig hinunter zur Alpe Campo. Mittagspause! Und Vorbereitung auf einen 1.000 Tiefenmeter-Sinkflug über Sfazu und Angeli Custodi nach Poschiavo.





Hoffentlich bekommen wir noch pünktlich unsere Bahn! Denn für uns heißt es nun: Einsteigen in „die kleine Rote“. Mit dem Bernina-Express der Rhätischen Bahn rollen wir im Panoramawagen durch spiralförmige Eisenbahntunnel, unzählige Serpentinaugen und ein fantastisches Panorama hinauf zur Alp Grüm (2.091m). Wie ein Adlerhorst liegt dort das Hotel Belvedere über dem Valposchiavo (Puschlav). Von rechts funkelt zum Greifen nah der Gletscher des Piz Palü. Doch wir müssen weiter.

Noch 150 Höhenmeter im Angesicht der umliegenden 4.000er - dann folgt eine epische Fahrt über 20 Kilometer immer leicht abfallend entlang der Diavolezza hinunter nach Pontresina.

Über flowige Waldtrails passieren wir das Hotel Morteratsch mit seinem tollen Blick auf den gleichnamigen Gletscher. Durch das Bernina-Tal rollen wir ins Oberengadin. Was für ein Tag!

↑ 1.100 hm ↓ 2.300 hm → 56 km (+ ca. 1-stündige Bahnfahrt)

Mittwoch, aus dem Oberengadin nach Ftan

Entspanntes Cruisen durch's Ober- und Mittelengadin: So lässt sich das Programm des heutigen Tages zusammenfassen.

Nach ein paar Kilometern passieren wir St. Moritz und schnuppern am Champagner-Klima des mondänen Ortes. Immer in der Nähe des En (wie der Inn hier im Engadin heißt) folgen wir dem Engadin tendenziell bergab. S-chanf, Chapella-Brail, Chinous-Chel und Bos-Cha heißen die fast unaussprechlichen Orte, die wir links und rechts am Wegesrand liegen lassen.

Die Strecke erinnert an ein deutsches Mittelgebirge – es geht überwiegend auf Schotterwegen ständig auf und ab. Wenn da nicht diese 3.000er wären, die uns dann doch an das typische Bild der Schweizer Alpen erinnern. Zum Ende des Tages schrauben wir uns wieder hinauf in die Engadiner Bergwelt. Über das Sgrafitti-Dorf Guarda erreichen wir Ftan, das heutige Tagesziel. Wir beziehen unsere Zimmer in einem typisch-schweizerischen Bergdorf-Hotel.

↑ 1.100 hm ↓ 1.000 hm → 73 km

Donnerstag, von Ftan nach Sta. Maria

Wir verlassen Ftan und radeln entspannt hinunter in Tal. Über die bekannte Brücke über den En verlassen wir Scuol. Anfangs noch auf wenig durch Autoverkehr frequentiertem Asphalt, später auf breiten Schotterstraßen erreichen wir den abgelegenen Weiler S-charl, wunderschön gelegen und 450 Höhenmeter vor dem Passo da Costainas ein Muss für eine Einkehr. Typisch schweizerische Gastfreundschaft auf 1.800m Höhe.

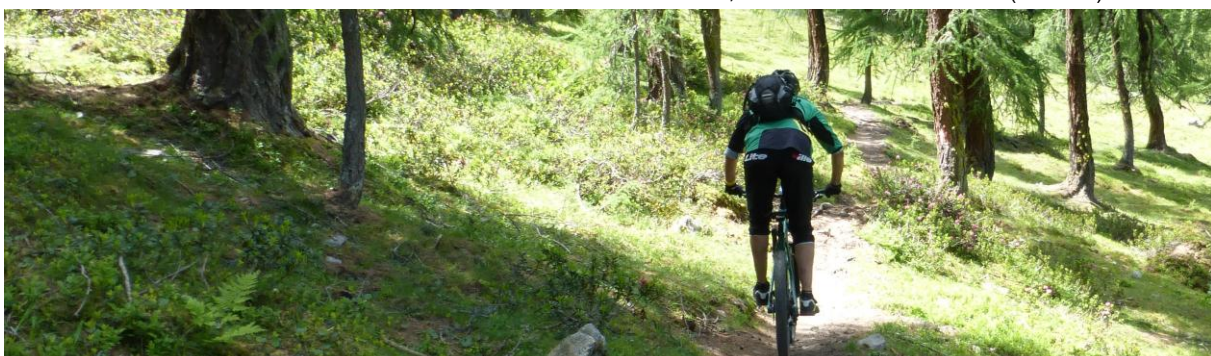
Der weitere Weg hinauf zum Pass ist anfangs noch gleichmäßig steil und zwingt uns selten aus dem Sattel. Wir passieren God da Tamangur, den höchstgelegenen Arvenwald Europas. Ab der Alp Astras sind nun einige Höhenmeter zu schieben, bevor es trailig über den Pass geht. Wir genießen den fantastischen 360°-Blick in die umliegenden Berge. 800 Höhenmeter Abfahrt auf Trails, Wald- und Forstwegen lassen nun ganz sicher keine Langeweile aufkommen. In Lü mit seinem astronomischen Observatorium biegen wir unverhofft in einen spannenden Serpentintrail ein. Der weiche Waldboden lädt zu Höchstgeschwindigkeit ein – aber Vorsicht! Die nächste Kurve kommt bestimmt!

↑ 1.300 hm ↓ 1.400 hm → 45 km

Freitag, von Sta. Maria nach Livigno

So dürfen Biketage beginnen! Früh morgens heißt es: Platz nehmen im Shuttlebus! Die nächsten 1.100 Höhenmeter verbringen wir im bequemen Bus, der uns auf 2.500m Höhe liftet.

Der Umbrailpass ist dann Startpunkt für unsere Sattelzeit. 250 Höhenmeter leicht ansteigender Singletrail liegen zwischen uns und dem höchsten Punkt unserer Mountainbikewoche, der Bocchetta di Forcola (2.768m). ...





Hier besichtigen wir die teilweise verfallenen Stellungen aus dem 1. Weltkrieg. Kaum vorstellbar, dass hier noch vor knapp 100 Jahren die Kanonen donnerten. Wir jedoch sind in dieser Mondlandschaft oberhalb der Baumgrenze in friedlicher Mission unterwegs und traversieren an der alten Kaserne vorbei zur Bocchetta di Pedenoletto (2.760m).

Das Panorama der umliegenden Berge und Gletscher saugen wir in uns auf. Stifiser Joch, Dreisprachenspitze, Monte Scorzuzzo – was für ein Augenschmaus! Ein Genuss für Augen und Stollen liegt aber auch vor uns: der Pedenolo-Trail von der Malga di Pedenoletto ist der Sehnsuchts-Trail schlechthin. Als hätten hier Biker alle ihre Vorstellungen äußern dürfen! Und die Bikegötter haben aus den Wünschen diesen Trail für uns gebastelt. Leicht ausgesetzt, in unzähligen fahrbaren Kurven schlängelt sich der Trail hinunter ins Val Forcola. Bitte noch einmal!!!! Ja, ja ... nur noch ein paar Kilometer ... dann steigt der Weg wieder steil an.

Ab der Alp Trela jedoch bekommen wir unsere Wünsche nach Flow-Country-Trails noch ein letztes Mal erfüllt. Mit einem fetten Grinsen im Gesicht erreichen wir den Lago di Livigno und rollen voller Glücksgefühle nach Livigno ein.

↑ 1.000 hm ↓ 2.000 hm → 43 km (+ ca. 1-stündiger Shuttle)

Samstag, Rückreise

*) Streckenänderungen, Höhenmeter und Kilometer je nach Hotelstandort möglich

Höhenmeter und Kilometer im Überblick *)

1. Tag: Sonntag, von Livigno nach Sta. Maria	↑ 1.450 hm ↓ 2.100 hm	→ 55 km
2. Tag: Montag, von Sta. Maria nach Arnoga	↑ 1.100 hm ↓ 900 hm	→ 48 km
3. Tag: Dienstag, von Arnoga ins Oberengadin	↑ 1.100 hm ↓ 2.300 hm	→ 56 km
4. Tag: Mittwoch, aus dem Oberengadin nach Ftan	↑ 1.100 hm ↓ 1.000 hm	→ 73 km
5. Tag: Donnerstag, von Ftan nach Sta. Maria	↑ 1.300 hm ↓ 1.400 hm	→ 45 km
6. Tag: Freitag, von Sta. Maria nach Livigno	↑ 1.000 hm ↓ 2.000 hm	→ 43 km
Summe	↑ 7.050 hm ↓ 9.700 hm	→ 320 km

Shuttles und Aufstiegshilfen im Überblick

1. Tag: Sonntag, von Livigno nach Sta. Maria	keine
2. Tag: Montag, von Sta. Maria nach Arnoga	keine
3. Tag: Dienstag, von Arnoga ins Oberengadin	1 Stunde Bahnfahrt mit der Rhätischen Bahn
4. Tag: Mittwoch, aus dem Oberengadin nach Ftan	keine
5. Tag: Donnerstag, von Ftan nach Sta. Maria	keine
6. Tag: Freitag, von Sta. Maria nach Livigno	45 Minuten Bike Shuttle

