

# SENTIERI TEMATICI - ALPE CIMBRA

THEMATIC PATHS  
THEMENWEGE

## SENTIERO CIMBRO DELL'IMMAGINARIO

Partenza: Luserna. Piazza principale

Lunghezza: 7 km

Durata: 3 ore

Dislivello: 370 mt.



Luserna è un'antica comunità tedesco cimbra che custodisce ancora, dopo tanti secoli, l'antica parlata tedesca (il Cimbro), le proprie tradizioni, così come le storie e le leggende tramandate da molti tempi antichi. Il percorso, che si sviluppa tra pascoli e fitti boschi di abeti, in un bellissimo ambiente natural, è dedicato ai personaggi che popolano ancora oggi l'immaginario cimbro.

## SENTIERO DELLE SORGENTI

Partenza: Bertoldi (Lavarone)

Lunghezza: 3 km (breve), 4 km (lungo)

Durata: 1 ora

Dislivello: 74 mt (breve), 117 mt (lungo)



Il "Senter dele Sorgenti" si sviluppa sul territorio di Lavarone, partendo dal centro storico della fraz. Bertoldi. E' un sentiero dolce ed adatto a tutti che ripercorre la strada che una volta facevano i "vacaroti" (guardiani delle mucche) per abbeverare gli animali. Lungo il cammino si trovano ben 6 sorgenti d'acqua limpida e fontane ricche di storia.

## DALLE STORIE ALLA STORIA -- SENTIERO DELLA GRANDE GUERRA

Partenza: Luserna. Piazza principale

Lunghezza: 6 km

Durata: 2 ore

Dislivello: 230 mt



Percorso tematico medio/facile che dal centro di Luserna (comunità tedesco-cimbra) sale al Forte Lusèrn e rientra a Luserna con uno sviluppo ad anello. Il tracciato è contrassegnato da sagome artistiche (in acciaio e in ceramica) che raccontano, attraverso le testimonianze di personaggi storici locali, i principali fatti che hanno interessato la comunità cimbra prima e dopo il grande conflitto.

## IL RESPIRO DEGLI ALBERI

Partenza: Lanzino (Lavarone)

Lunghezza: 5 km

Durata: 2 ore

Dislivello: 116 mt



È un percorso d'arte tracciato nel bosco, nato da un'idea di Giampaolo Osele. Si sviluppa nella parte nord-occidentale di Lavarone e posrta, in un susseguirsi di opera d'arte costruite con legno, alberi e pezzi di natura, ad ampie vedute panoramiche sulla profonda valle di centa e l'alta Valsugana. È una mostra d'arte all'aperto nata nel 2001, frutto del lavoro di diversi artistim italiani e stranieri.

## I GIGANTI DEL BOSCO

BREVE

Lunghezza: 1,4 km

Durata: 1 ora

MEDIO

Lunghezza: 6 km

Durata: 3 ore

LUNGO

Lunghezza: 7 km

Durata: 4 ore



Partenza: Malga Laghetto (Lavarone)

È un percorso naturalistico che prende avvio nei pressi del biotopo di Malga Laghetto, precisamente dall'Avez del prinzep, e che si sviluppa in tre percorsi: breve, medio e lungo. È dedicato alla foresta e ai molti abeti di dimensioni "giganti" che popolano quest'area. L'Avez del Prinzep, il più anziano (oltre 200 anni) è il più alto di tutti (oltre 50 m) ed è un vero monument natural. Lungo il sentiero si incontrano anche segni e testimonianze della Grande Guerra.

## SENTIERO DELL'ACQUA

Partenza: Carbonare (Folgaria)

Lunghezza: 3 km

Durata: 2 ore

Dislivello: 100 mt



Bella e facile passeggiata lungo il torrente Astico. Seguendo il sentiero che attraversa e affianca il corso d'acqua, si incontrano importanti testimonianza del passato, lontano e recente. Tali sono i resti murari dell'antico maso della porta, i resti di una segheria idraulica ("la sega dei Rech"), i resti di una "calchera" (fornace per la produzione della calce), la "trabacòla" (struttura ad uso del maniscalco) e, nel piccolo abitato di Cùeli, l'antico mulino "dei Pistòri", abbinato ad un forno del pane. Lungo il percorso non possono inoltre sfuggire alla nostra attenzione due autentici monumenti naturali, i "frassini dei Cùeli".

## QUATTRO SALTI NEL BOSCO

Partenza: Tobia (Lavarone)

Lunghezza: 1 km

Durata: 2 ore

Aiuta il nonno Tobia a trovare gli undici animaletti nascosti nel bosco con l'aiuto di alcune filastrocche lungo il percorso.

## LA FORRA DEL LUPO

Partenza: Cogola (Serrada)

Lunghezza: 9 km

Durata: 3 ore

Dislivello: 420 mt



Suggestivo percorso che dalla sella di Serrada (Folgaria) sale gradualmente l'alto versante destroy della valle di terragnolo, fino a raggiungere il Forte Dosso delle Somme. Spettacolari i passaggi tra alte pareti di roccia, in particolare "la Forra del Lupo", così come spettacolari sono i panorami che si aprono sul massiccio montuoso del Pasubio, teatro di aspri combattimenti. Il tracciato, che coincide con la trincea, ha una lunghezza di 4,8 km e un dislivello di 420 m. E' possibile evitare il tratto finale, il più impegnativo, deviando in località caserme, sulla strada sterrata che sale al Forte. Per il rientro può essere utilizzata la medesima strada o il percorso SAT N.136 che porta al rifugio baita Tonda e che poi conduce a valle, al centro di Serrada. Attenzione: si raccomanda l'uso del casco protettivo nel transito attraverso la Forra.

## PASSEGGIATA FUTURISTA

Partenza: Serrada

Lunghezza: 2 km

Durata: 1 ora

Dislivello: 100 mt



Un percorso ideato da Paolo Dalla Torre, e fortemente appoggiato dal critico d'arte Maurizio Scudiero, alla scoperta delle opere di Barbara Tamburini.

In questo sentiero tematico i soggetti raffigurati sono i Masi del paese, la facciata della chiesa e le abitazioni dei serradini.

Un grande affresco a cielo aperto dove lungo il percorso si può sostare ed immergersi nella lettura di un libro futurista (es. Zang Tumb Tumb di Filippo T. Marinetti) o fare una bella sosta rigenerante alla Taverna dei Futuristi.

## SENTIERO GEOMORFOLOGICO

Partenza: Mezzomonte di sopra

Lunghezza: 3,4 km

Durata: 1.10 h

Dislivello: 137 mt



Il ritiro della massa glaciale che in tempi antichissimi copriva la vallata dell'Adige provocò, sugli strati sottostanti, incisioni e depositi morenici. Il Sentiero Geomorfológico di Mezzomonte ci porta a scorgere alcuni di questi segni, in particolare le marmitte glaciali del Cason e il deposito morenico della Noz.

Il percorso prende il via dall'abitato di Mezzomonte, sulla media valle del Rio Cavallo, tocca lo sperone roccioso del Cason sotto il quale si trovano le marmitte glaciali, quindi scende a Mezzomonte di sotto e si inoltra per la strada che conduce al maso di Ondertol. Poco oltre l'abitato si nota, sulla destra, il grande deposito morenico della Noz. L'itinerario prosegue fino al torrente Rio Cavallo presso il quale sono visibili le ampie pareti a franappoggio che riportano le striature lasciate dalla massa glaciale.

In prossimità del deposito morenico della Noz, vale la pena salire sul dosso e ammirare il panorama che si apre sulla medio-bassa valle del Rio Cavallo, con bella veduta su Mezzomonte di sotto e il castello di Beseno.

## DAL CASTELLO ALLA MONTAGNA

Partenza: Folgaria sud

Lunghezza: 8,1 km

Durata: 2.50 h

Dislivello: 500 - 1000 mt



Percorso tematico ispirato alle secolari controversie intercorse tra la Magnifica Comunità di Folgaria e i Conti Trapp, feudatari di Castel Beseno, il grande maniero situato allo sbocco della valle del Rio Cavallo Rosspach. Castel Beseno, destinazione del percorso, è il più grande castello del Trentino Alto Adige, sede di eventi e rievocazioni storiche.

Il tracciato consiste in una lunga discesa dall'altopiano al fondovalle percorrendo per lunghi tratti quella che fu l'antica viabilità medievale. Lungo il percorso punti di interesse sono la chiesetta cinquecentesca di San Valentino, gli abitati di Mezzomonte di sopra e di Mezzomonte di sotto, il maso del Ponte di Folgaria, il torrente Rio Cavallo - Rosspach e naturalmente il castello. Da destinazione è dunque il castello di Beseno (munito di esposizioni permanenti), situato sull'omonimo colle. Per il rientro vi sono due possibilità: in pullmann (linea Rovereto - Folgaria, vedi orari su: [www.ttesercizio.it](http://www.ttesercizio.it)) con fermata bus nel sottostante abitato di Dietrobeseo) oppure a piedi (impegnativo) seguendo il percorso di rientro sul lato orografico sinistro della valle toccando gli abitati di Ondertol e Guardia. Il rientro a piedi per il versante orografico sinistro della valle è alquanto impegnativo (dislivello) ma ricco di punti panoramici, spunti storici (il maso cimbro di Ondertol, Guardia vedetta del castello) e naturalistici (la cascata dell'Ofentol, la foresta della Gon). E' consigliato a buoni camminatori.

## SULLE TRACCE DELL'ORSO

Partenza: piazza Luserna

Lunghezza: 10,8 km

Durata: 3.30 h

Dislivello: 380 mt



Sull'Alpe Cimbra l'orso è scomparso negli anni immediatamente precedenti la Grande Guerra. Oggi non è più una presenza stanziale però il ricordo del superbo plantigrado è rimasto nell'immaginario popolare, Tant'è che ancora oggi viene rievocato nelle storie e nelle leggende che raccontano gli anziani. Non deve stupire dunque se a Luserna, nella terra dei cimbrici, all'orso sia stato dedicato uno specifico percorso... con la speranza di incontrarlo?

L'ambiente in cui si svolge la nostra escursione ha come centro Luserna, Lusern in cimbro, la testimonianza vivente della colonizzazione tedesco-cimbria del XI - XIII secolo. Ed è un ambiente superbo, caratterizzato da pascoli ed estese porzioni di foresta, l'ambiente ideale per l'orso, per l'appunto! Presso il Centro Documentazione è visitabile l'esposizione permanente dedicata alla fauna dell'Alpe.

## SENTIERO DELLA PRIMAVERA

Partenza: centro di Luserna

Lunghezza: 2,9 km

Durata: 1.00 h

Dislivello: 100 mt



La primavera è la stagione del risveglio della natura, il periodo dell'anno in cui tutto fiorisce e splende. Luserna, circondata di boschi e pascoli, ha voluto omaggiarla dedicandole un percorso, una passeggiata fatta di scorci, di angoli verdi, di ampi panorami.

L'area che si estende a valle dell'altopiano lusernese si affaccia sulla profonda valle dell'Astico. E' un'area fatta di ripidi poderi, di terrazzi un tempo coltivati, sostenuti da antichi muri a secco, di stradine rurali un tempo utili alle stentate coltivazioni della montagna.

## PERCORSO DELL'OSPEDALE MALTESE

Partenza: cimitero militare Slaghenaufi

Lunghezza: 0,6 km

Durata: 0.15 h

Dislivello: 100 mt



Durante la Grande Guerra (1914-1918) sull'Alpe Cimbra erano attivi vari ospedali militari, alcuni gestiti dal personale medico e infermieristico del Sovrano Ordine Militare dei Cavalieri di Malta, i cavalieri dalla 'stella a otto punte'. Il più imponente e strutturato era l'Ospedale Malga Belem, situato a Slaghenaufi, sull'altopiano di Lavarone.

Il percorso è breve e si risolve in una bella passeggiata, adatta anche a famiglie con bambini +6 anni. Gli aspetti più interessanti sono la bellezza del luogo, la frescura del bosco che avvolge il sentiero e l'aspetto storico culturale, evidenziato da una serie di pannelli fotografici disposti lungo l'itinerario e da una struttura di legno che espone una serie di pannelli illustrativi che raccontano le vicende dell'ospedale.

## GIRO DELLE TELEFERICHE

Partenza: Folgaria

Lunghezza: 11 km

Durata: 6.25 h

Dislivello: 748 mt



Percorso ispirato alla teleferica militare pesante che nel corso della Grande Guerra (1914-1918) collegava la stazione ferroviaria di Calliano a Folgaria, da dove un'altra rete di teleferiche distribuiva merci e munizioni fin sulle più avanzate linee del fronte. Itinerario impegnativo di interesse storico, paesaggistico e naturalistico. Non è un percorso alla portata di tutti in quanto richiede, per il rientro al punto di partenza, il superamento di un dislivello di circa 750 m. Per contro offre insoliti punti di interesse di carattere storico, paesaggistico e naturalistico. Elementi di interesse storico primari sono i resti delle stazioni di transito della teleferica militare posizionati a Carpeneda, a Mezzomonte di sotto e a Ondertol; altri punti di interesse storico sono la chiesetta settecentesca di San Valentino e l'antico maso cimbro di Ondertol. Altri elementi meritevoli di attenzione sono in punti panoramici (da San Valentino, da Mezzomonte, da Ondertol) e vari elementi naturalistici come la fascia vegetazionale di mezza montagna e il torrente Rosspach. Una soluzione breve e molto meno impegnativa è la visita del tratto finale del Giro, con partenza e arrivo nella piazza di Mezzomonte di sopra.

## SENTIERO FOTOGRAFICO

### DELLA FAUNA

Partenza: Folgaria

Lunghezza: 1,1 km

Durata: 0.20 h

Dislivello: 30 mt



Un percorso dedicato alla fauna che popola l'Alpe Cimbra, un percorso fotografico che unisce il bosco, i panorami, le suggestioni della natura alle immagini del fotografo naturalista Mirco Dalprà... con la possibilità di un incontro ravvicinato con i veri protagonisti!

Sull'Alpe Cimbra non è difficile incontrare caprioli, lepri, camosci, cervi, scoiattoli, aquile, civette, gufi... ma se non si conoscono le loro abitudini e i loro habitat specifici è ben difficile osservarli. Per questo ci viene in aiuto la soluzione di un 'percorso fotografico'. Pannelli appositamente collocati in determinati punti sul sentiero ci permettono di cogliere non solo l'aspetto degli amici del bosco, ma di acquisire anche informazioni sulle loro caratteristiche e sull'ambiente in cui vivono.

Passeggiata particolarmente indicata per famiglie con bambini +6 anni.

## GIRO DELLE TRINCEE NOSELLARI

Partenza: Nosellari

Lunghezza: 2,3 km

Durata: 0.45 h

Dislivello: 748 mt



Percorso tematico, testimone del primo grande conflitto mondiale (1914-1918) che su queste alture, a partire dal maggio 1915, ha scritto drammatiche pagine di storia. Tra trincee e profondi ricoveri scavati nella roccia il percorso ripercorre quella che fu la prima linea austro-ungarica dell'Alpe Cimbra, affacciata sul Regno d'Italia, cioè sulla sottostante valle dell'Astico.

E' percorso facile che unisce l'interesse storico all'interesse naturalistico e paesaggistico. La sua peculiarità è quella di portarci in luoghi inusuali come gli 'stoi', profondi ricoveri scavati nella roccia, quindi in un tunnel sotterraneo che conduce a una trincea panoramica scavata nella roccia e infine al crepaccio della Lunt, profonda e suggestiva spaccatura che taglia il ripido versante che digrada nella sottostante valle dell'Astico. E' alla portata di famiglie con bambini (+ 6 anni).

E' assolutamente sconsigliato sporgersi oltre la trincea. Portarsi torcia elettrica per illuminare gli 'stoi'.

Per maggiori informazioni: <http://www.alpecimbra.it/>

For more information: <http://www.alpecimbra.it/en/>

Für weitere Informationen: <http://www.alpecimbra.it/de/>