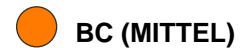




Lut e Capraga



Auf dieser Route kann man die Dörfer und Almen von Premosello Chiovenda im Nationalpark Val Grande erkunden, die im Film „La terra buona“ des Regisseurs Emanuele Caruso eine Hauptrolle spielen.

Die Tour beginnt am Hauptplatz von Premosello (220 m), der auch mit dem Zug erreichbar ist. Am rechten Ufer des Bachs (bei der Auffahrt bleibt der Bach an der linken Seite) geht es über eine Serpentinstraße bis nach Colloro im Nationalpark Val Grande bergaufwärts. Das ganzjährig bewohnte Dorf liegt auf einer südlich ausgerichteten sonnigen Terrasse, wo die Sonne bis spät scheint und der Winter wie Frühling erscheint.

Von der Dorfkirche San Gottardo geht es auf einer schmalen, sehr steilen Asphaltstraße nach der Beschilderung zur Alpe Lut Valgrande. Bei der Kapelle Cappella Lüt du Runch wird die Steigung an der Einfahrt in das Tal des Rio del Ponte angenehmer. An der Abzweigung nach Capraga geht es rechts weiter über die Brücke zum Heiligtum Alpe Lut und über eine kurze, aber sehr steile Rampe bis zur Abzweigung nach Madonna di Lut. Vom Oratorium genießt man einen außergewöhnlichen Blick auf die Ebene von Ossola. Von Colloro zur Alpe Lut ist die Straße asphaltiert, aber stellenweise uneben.

Auf dem gleichen Weg, wie bei der Auffahrt, kehrt man zur Abzweigung nach Capraga zurück und schlägt dieses Mal die schmale Straße ein, die in Serpentin ansteigt: Der Weg umrundet die ländliche Ortschaft San Bernardo mit dem gleichnamigen Oratorium (16. Jh.), das laut Legende bei der Erweiterung einer Kapelle nach der „Heuschreckenplage“ von 1364 entstand. Die kleine, aus Berghütten um das Oratorium bestehende Ortschaft und das nahegelegene Dorf Biogno sind einen Besuch wert.

Nach einigen weiteren Serpentin erreicht man schließlich Capraga und folgt der Straße weiter bis zur Alpe Sasso Termine.

Früher waren Capraga und die anderen Dörfer das ganze Jahr über bewohnt. Bei der Volkszählung von 1617 zählte man 160 Einwohner. Im Laufe der Jahrhunderte zog die Bevölkerung auf der Suche nach besser bezahlten Arbeitsplätzen nach Colloro und Premosello. Mit dem Bau der Sammelstraße begann die Renovierung der alten Steinhütten, die heute als Zweitwohnsitze genutzt werden.

Der Name Sasso Termine bezieht sich auf den Grenzstein „sas d'tèrmi“, der die Gemeinden Premosello und Vogogna voneinander trennt.

Die Sammelstraße nach Capraga hat einen asphaltierten, aber stellenweise unebenen Straßenbelag. An den zahlreichen Querrinnen zur Wasserableitung ist vor allem bei der Abfahrt Vorsicht geboten.

Für die Rückkehr geht es auf der gleichen Straße wie bei der Auffahrt nach Colloro. Vor der Kirche muss man links abbiegen und die steile, gepflasterte Innenstraße zum Circolo (Vereinshaus) von Colloro hochfahren, der sich als ausgezeichnete Rastplatz anbietet. Danach geht es auf der Provinzstraße hinunter nach Premosello.

TECHNISCHE ASPEKTE

Der Weg verläuft über asphaltierte Straßen und Wege mit stellenweise unebenem und unregelmäßigem Straßenbelag. An einigen Stellen sind die Steigungen ziemlich hoch und machen die Auffahrt anstrengend.

Die Strecke von Premosello bis Lut ist mit kleinen roten Pfeilen markiert.

GEFÄHRLICHE STELLEN

Auf der gesamten Route sollte man wegen des Gegenverkehrs die Geschwindigkeit mäßigen. Außerdem ist auf die Querrinnen zur Wasserableitung zu achten, die mit Vorsicht zu überqueren sind.

TECHNISCHE DATEN

Geografisches Gebiet:	Verbano Cusio Ossola / Valle Ossola
Ausgangsort:	Bahnhof Premosello Chiovenda
Ankunftsort:	Bahnhof Premosello Chiovenda
Etappen:	1
Länge:	22,0 km
Gesamtaufahrt:	zirka 970 m
Gesamtabfahrt:	zirka 970 m
Schwierigkeitsgrad:	BC (MITTEL)
Durchschnittliche Dauer:	2 Stunden 00 Minuten
Mindestseehöhe:	220 m ü.M. (Bahnhof Premosello)
Erreichbare Seehöhe:	989 m ü.M. (zwischen Capraga und Sasso Termine)
Befahrbarkeit:	Ganze Strecke
Empfohlene Jahreszeit:	März-Oktober, dennoch ganzjährig befahrbar
Spezifische Beschilderung:	JA (partial)

Zielpersonen: Hobby-Mountainbiker/Tourenfahrer

AUSSICHTSPUNKTE

Colloro, Oratorium Madonna di Lut, Capraga

GASTSTÄTTEN

Im Zentrum von Premosello und im Vereinshaus in Colloro

TOURISTENINFORMATIONSBÜRO

VOGOGNA – Beim Schloss Visconteo – 28887 Omegna (VB) – +39 0324 87200 –
turismo@comune.vogogna.vb.it

MERGOZZO - Corso Roma 20 28802 Mergozzo (VB) Telefon: +39 0323 800935
E-Mail: turismo@comune.mergozzo.vb.it

FAHRRADSERVICE

Dadebike, Verkauf-Werkstatt, Via Vittorio Veneto 75 – 28877 Ornavasso (VB), Tel. +39 342 7271804, dadebike@gmail.com, www.facebook.com/dadebike

LADESTATIONEN

-

INTERESSENSPUNKTE

Entlang der Strecke

Premosello, Pfarrkirche Maria Vergine Assunta: Die Kirche stammt aus dem späten 16. oder den ersten Jahrzehnten des 17. Jh. Sie enthält wertvolle barocke Holzarbeiten, wie die Beichtstühle, die Kanzel und einen Sakristeischrank. Ein Freskenfragment aus den frühen Jahre des 16. Jh., das unter dem Putz des linken Kirchenschiffs entdeckt wurde, ist das einzige Überbleibsel der ursprünglichen Konstruktion.

Colloro ist ein malerisches Dorf mit etwas weniger als 200 ständigen Einwohnern, das im Sommer durch die Ankunft von Touristen und Urlaubern aus dem In- und Ausland zum Leben erwacht. Es ist der ideale Zwischenstopp für zahlreiche Ausflüge im Nationalpark Val Grande und

für Überquerungen nach Trontano oder Malesco. Der Name Colloro scheint sich von „Corylus“, dem lateinischen Namen der Gemeinen Hasel abzuleiten, die früher in der Region besonders üppig wuchs.

Nationalpark Val Grande

Es handelt sich um ein rund 15.000 ha großes Gebiet mit völliger Stille und unberührter Natur, in dem es fast keine Dörfern, Ferienhäusern oder asphaltierte Straßen gibt. Aus diesem Grund wird es auch als das größte Wildnisgebiet Italiens bezeichnet. Der Nationalpark Val Grande ist das grüne Herz der Provinz Verbano-Cusio-Ossola, der 1992 auf einem Gebiet von 13 Gemeinden eingerichtet wurde.

In dieser „zurückkehrenden Wildnis“ greift der Mensch seit vierzig Jahren nicht mehr in das ökologische Gleichgewicht ein. Er liegt in einem geschlossenen Tal, das nur über Gebirgspässe und stundenlangen Wanderungen erreichbar ist und von nicht besonders hohen Bergen (der höchste Gipfel ist der Togano mit 2301 m) umgeben ist. Nach Jahrhunderten intensiver Ausbeutung durch Holzfäller, Köhler und Almhirtinnen ist die Stille wieder ins Tal zurückgekehrt. Die Natur hat wieder frei ihren Lauf genommen und sich das Gebiet zurückerobert. Heute ist das Val Grande ein großes Heiligtum der Natur mit Bergen, Schluchten, Tälern, Wäldern, alpinen Wiesen, in denen die Natur ungestört herrscht.

Auf einem gut markierten Wegenetz kann man die großen Buchenwälder des Tals, das Reich der Adler und Gämsen durchqueren. Die thematischen Besucherzentren des Parks erteilen Informationen, um die Umgebung vorher besser kennenzulernen.

Durch die geologischen Besonderheiten des Gebiets wurde der Park 2013 Teil des Netzwerks der Geoparks unter der Schirmherrschaft der UNESCO (Sesia-Val Grande Geopark).

Nationalpark Val Grande

Villa Biraghi, Piazza Pretorio 6 - 28805 Vogogna (VB)

Tel. +39 0324 87540

www.parcovalgrande.it

info@parcovalgrande.it

Lernoase Bosco Tenso Sie wurde 1990 auf einem Gelände im Gemeindebesitz eingerichtet. Das von der Gemeinde **Premosello** verwaltete Gebiet erstreckt sich über etwa 22 Hektar. Im Inneren können zahlreiche Pflanzenarten wie Linden, Eschen, Eichen, Blumeneschen, Hartriegel, Weißerlen, Schwarzpappeln, Weiden, Bergulmen, Ahorne und Kirschbäume bewundert werden. Außerdem trifft man dort Füchse und Rehe sowie etwa 40 Vogelarten, wie den Grünspecht, Eisvogel, Kuckuck, Kormoran, Kornweihe und Eichelhäher an. In der Nähe des Bosco Tenso wurde kürzlich ein Bereich mit Küche und großen überdachten Flächen für die Organisation von ländlichen Festen eingerichtet. In der Nähe befindet sich ein privater Reitstall, der den Besuchern entspannende Ausritte in der Landschaft von Premosello ermöglicht.

In der Nähe

Vogogna: Altstadt mit zahlreichen Gebäuden aus dem 17. und 18. Jahrhundert, Schloss Visconteo (Mitte 14. Jh.), Palazzo Pretorio, Villa Biraghi Lossetti aus dem Jahr 1650, die heute als Sitz des Nationalparks Val Grande dient.



Verhaltensregeln

1. Bleiben Sie auf den Wegen

Achten Sie auf den Weg und auf etwaige Zutrittsverbote. Respektieren Sie das Privateigentum.

2. Keine Spuren hinterlassen

Respektieren Sie das Territorium. Nasse und schlammige Wege sind anfälliger als trockene. Bleiben Sie auf bestehenden Wegen und schaffen Sie keine neuen. Nehmen Sie keine Abkürzungen, indem Sie Kurven schneiden. Nehmen Sie Ihren Abfall mit.

3. Vorsichtig fahren

Eine kurze Ablenkung kann Sie und andere gefährden. Halten Sie sich an Geschwindigkeitsgrenzen und fahren Sie immer so, dass Sie die Kontrolle über Ihr Fahrrad haben. Tragen Sie immer einen Helm.

4. Tiere nicht erschrecken

Tiere erschrecken leicht durch eine plötzliche Annäherung, eine plötzliche Bewegung oder ein lautes Geräusch. Geben Sie ihnen genügend Raum und Zeit, sich an Ihre Anwesenheit zu gewöhnen.

5. Vorrang gewähren

Diese Wege sind nicht ausschließlich für Radfahrer bestimmt, sondern werden auch von Wanderern genutzt. Deshalb sollten Sie vor allem bei der Abwärtsfahrt Ihr Tempo drosseln: Hinter einer Kurve könnte jemand bergaufwärts fahren. Signalisieren Sie anderen Fahrern oder Fußgängern durch einen freundlichen Gruß oder durch Klingeln an, dass Sie sie überholen möchten. Radfahrer müssen allen nicht-motorisierten Personen auf den Wegen Vorrang gewähren. Abwärtsfahrende müssen aufwärtsfahrenden Radfahrern den Vorrang geben. Achten Sie darauf, dass alle Überholmanöver auf sichere und höflichste Weise erfolgen.



VERGESSEN SIE NICHT:

RADFAHRER MÜSSEN ANDEREN IMMER VORRANG GEBEN

VERHALTENSREGELN FÜR BIKER

Seit den ersten Mountainbikes hat die N.O.R.B.A. (National Off Road Bicycle Association) einen Verhaltenskodex ausgearbeitet, der Offroad-Fahrten mit Rücksicht auf die Natur und die anderen Besucher der Berge und Wege regeln soll.

Der N.O.R.B.A.-Kodex wurde von vielen Vereinen, Organisationen, Verbänden und Schulen in ganz Italien übernommen. Er besteht aus einer Reihe von allgemeinen Hinweisen, die bei genauer Befolgung diese heute so beliebte Sport- und Ausflugsart für alle angenehmer gestalten.

N.O.R.B.A.-Kodex

1. Geben Sie Wanderern immer Vorrang.
2. Reduzieren Sie das Tempo und überholen oder nähern Sie sich äußerst vorsichtig Fußgängern oder anderen Radfahrern. Signalisieren Sie immer rechtzeitig Ihre Annäherung. Sie sollten nicht schreien oder brüllen, sondern sich entschuldigen und höflich grüßen.
3. Halten Sie die Geschwindigkeit des Mountainbikes stets unter Kontrolle und fahren Sie mit äußerster Vorsicht in die Kurven, um plötzliche Hindernisse vermeiden zu können. Passen Sie das Tempo der Art des Geländes, der Art der Strecke und der Erfahrung an.
4. Bleiben Sie immer auf der markierten Strecke, um die Umweltbelastung (durch bleibende Schäden an der Vegetation und dadurch hervorgerufene Bodenerosion) zu minimieren.
5. Stören oder erschrecken Sie weder Haus- noch Wildtiere. Geben Sie ihnen Zeit, sich zu entfernen und den Weg zu verlassen.
6. Lassen Sie keinesfalls Abfälle zurück und nehmen Sie möglichst auch von anderen „unaufmerksamen“ Wanderern zurückgelassene Abfälle mit.
7. Respektieren Sie immer privates und öffentliches Eigentum und hinterlassen Sie Tore, Schranken oder Gitter so, wie Sie sie vorfinden. Fragen Sie sich immer und sofern möglich direkt die Eigentümer, ob Sie auf dem Grundstück durchfahren dürfen. „Betreten verboten“ bedeutet oft nur „Bitte fragen Sie um Erlaubnis, wenn Sie durchfahren möchten“.
8. Während der Radtour sollte man immer unabhängig sein. Das zu erreichende Ziel und die Fahrgeschwindigkeit müssen auf die psychophysische Leistungsbereitschaft und -fähigkeit des Fahrers, die Ausrüstung, die Umgebung, das Terrain und vor allem auf die Wetterbedingungen abgestimmt werden.
9. Unternehmen Sie niemals, außer bei höherer Gewalt, allein eine Radtour. Fahren Sie nicht in abgelegenen Gegenden, die weit von den Hauptkommunikationswegen entfernt sind, und hinterlassen Sie immer klare Angaben über die zurückzulegende Strecke und die voraussichtliche Rückkehrzeit.
10. Minimieren Sie die Auswirkung auf die Natur: Nehmen Sie nur Bilder und Erinnerungen mit und hinterlassen Sie höchstens den kaum wahrnehmbaren Abdruck der Räder Ihres Fahrzeugs.



Mountain bike



Gravel



DISTRETTO
TURISTICO
DEI LAGHI



Lago Maggiore
Lago d'Orta
Lago di Mergozzo
Monti e Valli d'Ossola

