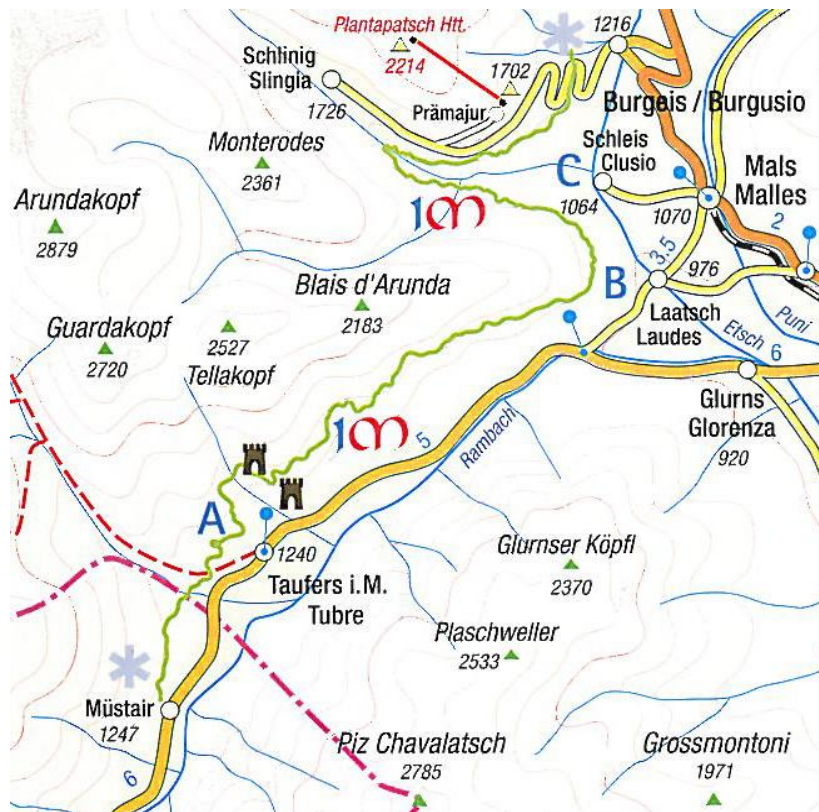


# SENTIERO DELLE ORE

## CORSO



Viaggio con il pulman fino a Monastero (CH). Dal Monastero di San Giovanni si cammina sui prati, lungo la macchia, verso il confine italo-svizzero. Si prosegue lungo il canale d'irrigazione "Tschanel", poi si sale lungo piccoli sentieri fino al "Dreiangel" e si prosegue verso le rovine di Castel Rotondo. Un lieve sali-scendi nel bosco su pendii ben battuti e con una vista sempre diversa sulla valle conduce fino al bivacco "Lovarei". Si avanza poi sul "Schleiser Trai", al di sopra del maso "Polserhof", sempre nella penombra del bosco, e di qui, passando vicino alla segheria del monastero, si giunge all'Abbazia di Monte Maria.

Il sentiero può essere percorso nella sua interezza, ma può anche essere suddiviso in tappe giornaliere. Salite: A Tubre, B Laudes e C Clusio.

La via è ben segnalata, ma non ci sono punti di ristoro lungo il sentiero. La lunghezza del sentiero richiede una buona forma fisica. Inoltre si richiede una certa sicurezza nel cammino, per via di alcuni punti esposti - peraltro tutti messi in sicurezza -.

Tempo di percorrenza: 6-7 ore

Dislivello: 400 m

Lunghezza: in tutto ca. 17 km

IMPORTANTE: non dimenticare un documento d'identità valido

### Mezzi pubblici:

- Autobus svizzero dalla stazione ferroviaria Malles fino a Monastero (CH)
- Citybus Malles-Burgusio

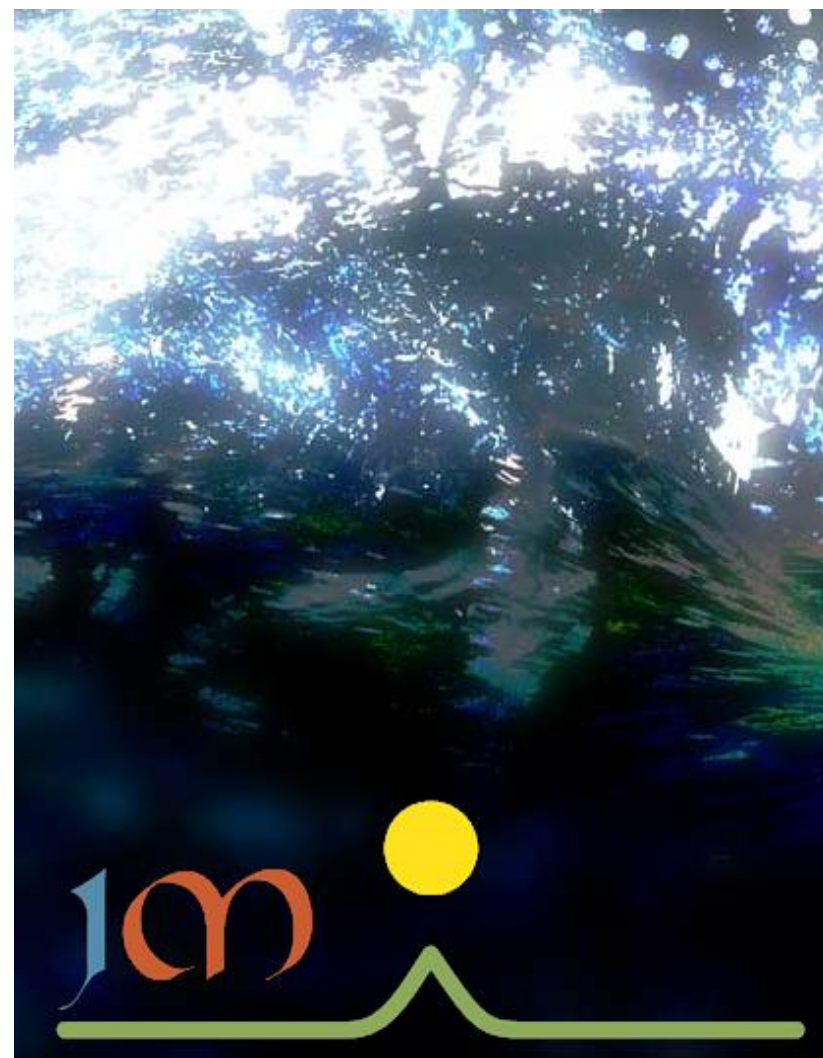
Il libro del sentiero delle ore si riceve nei nostri uffici turistici della regione Alta Venosta Vacanze al prezzo di **Euro 18,00!**



Altre informazioni si trovano sul sito [www.stundenweg.it](http://www.stundenweg.it) o si ricevono nei nostri uffici turistici della regione Alta Venosta Vacanze, tel. +39 0473 831190

## DA VIA

Il sentiero delle ore collega, incurante dei confini degli stati, il Monastero di San Giovanni (Val Monastero) e l'Abbazia di Monte Maria (Malles). Questa via mette in comunicazione la Val Müstair e la Val Venosta, due regioni accomunate da numerosi elementi naturali, ma anche divise da altrettanto diverse tradizioni religiose e linguistiche. I due monasteri segnano l'inizio e la fine del sentiero, tuttavia l'escursionista già può percepire dai primi passi l'essenza del percorso. Lontano dalla contaminazione della civilizzazione umana, su un dislivello contenuto, la camminata è l'occasione ideale per prendere distacco dalla quotidianità. Le sei o sette ore necessarie per percorrere tutto il sentiero offrono una pausa per lasciare che le preoccupazioni di sempre decantino in un angolo, lasciando spazio alle impressioni della natura. Il sentiero esige rispetto e cura, ma contraccambia con occasioni **d'incontro con la cultura, la storia e la natura** del luogo secondo **24 insegne** con testi e fotos. Soprattutto in autunno e in primavera, quando le altre vie sono ancora impraticabili, il sentiero delle ore può essere davvero emozionante. Lungo la via è la natura a farla da padrona: macchie, boschi, Waale. Laggiù, sotto il sentiero, si apre la valle segnata dalla mano dell'uomo: paesi, aree umide, opere d'arte - dal castello al monastero -, fiumi raddrizzati come schioppi, zone artigianali, sistemi d'irrigazione. Ma alzando lo sguardo è ancora la montagna a imporsi: le "Dolomiti nere", il gruppo dell'Ortler e le alpi Ötztaler si stagliano all'orizzonte. Nella memoria degli escursionisti non potranno infine non rimanere gli alberi imponenti che sfidano le intemperie e a tratti fiancheggiano il sentiero.



Sentiero delle ore

monte maria – san giovanni monastero

da monastero a monastero