

## Presseinformation

**Bergwandern in Livigno: Trekking 3.000**

### **Dreitausender für alle!**

**Die einzigartige Lage Livignos auf 1.816 Metern Seehöhe macht das abgeschiedene Hochtal in den Lombardischen Alpen zum perfekten Ausgangspunkt für eine Bergtour auf einen von zehn leicht erreichbaren Dreitausendern – perfekt für Wanderer aber auch ambitionierte Trailrunner, die zum ersten Mal diese magische Höhengrenze knacken wollen.**

Für viele Bergwanderer markiert die 3.000 Meter-Marke die „Schallmauer“ dessen, was sie leisten können. Aber: Dreitausender ist nicht Dreitausender. Nicht für jeden Berg dieser Höhe sind Top-Kondition, Klettererfahrung oder das Queren eines Gletschers vonnöten. Das Hochtal Livigno in den Lombardischen Alpen nahe der Schweizer Grenze ist der perfekte Ausgangsort für ambitionierte Wanderer, die zum ersten Mal die dünne Luft der Dreitausender schnuppern wollen. Denn: Mit einer Ausgangslage von 1.816 Metern Seehöhe sind von hier zehn Dreitausender auf einfachen Wegen in vier bis sechs Stunden Gehzeit erreichbar. Pickel, Steigeisen, Klettergurt und Seil dürfen dabei getrost zuhause bleiben – was diese Gipfel auch für sportliche Trailrunner attraktiv macht.

### **Wandern auf den Spuren von Schmugglern und Säumern**

Einstmals waren es Landwirte, Hirten oder Schmuggler, die Livigno auf dem Weg in die Schweiz oder ins südliche Italien passierten. Auch die Säumer verkehrten hier: Sie waren für den Transport von wichtigen Handelswaren wie Salz, Wein oder edlen Stoffen zuständig und reisten mit einem Lasttier. Die Pfade und Wege, die sie seit der Gründungszeit Livignos vor rund 1.000 Jahren schufen, dienen heute den Wanderern. Eindrucksvolle 1.500 Kilometer Wanderwegenetz sind hier zusammengekommen – bestens ausgeschildert, markiert und mit Wegnummern versehen, um die eigene Auffindbarkeit im Notfall zu erleichtern.

### **Aussichtsterrasse Livigno-Alpen**

Monte Vago, Monte Breva, Pizzo Filone – so heißt eine Auswahl der schönsten Dreitausender-Gipfelziele Livignos. Der Monte Vago (3.059 m), von den Einheimischen „Al Vach“ genannt, ist in rund zwei Stunden nach problemloser Kraxelei im Gipfelbereich erreicht und bietet eine wunderbare Aussicht auf die Berninagruppe in der Schweiz mit ihren vergletscherten Gipfeln Piz Bernina (der

**Weitere Informationen:** Azienda di Promozione e Sviluppo Turistico GmbH, Saroch-Str. 1098/a nahe Plaza Plachéda, I-23030 Livigno (So), Tel.: +39 0342 977800, E-Mail: [info@livigno.eu](mailto:info@livigno.eu)

**Redaktion:** Hansmann PR, Lipowskystraße 15, 81373 München, Tel. +49 89 3605499 0, Fax +49 89 3605499 33, E-Mail: [info@hansmannpr.de](mailto:info@hansmannpr.de), [www.hansmannpr.de](http://www.hansmannpr.de)

## Presseinformation

einzigste Viertausender der Ostalpen) und dem beröhmt beröhchtigten Piz Palü. Rund drei Stunden dauert der Aufstieg zum 3.104 Meter hohen „Grenzberg“ Monte Brega (Piz la Stretta) zwischen Lombardei und Graubünden. Er belohnt den Wanderer mit einem fantastischen Rundumblick über Berninagruppe, die Ortlergruppe bis hin zum Nationalpark Stilfserjoch. Dem Pizzo Filone (3.133 m), einem markanten alleinstehenden Bergriesen in Form einer Pyramide, nähert man sich am besten über die Westseite. Ein markierter Wanderweg ohne nennenswerte Schwierigkeiten führt in rund zweieinhalb Stunden auf den Gipfel. Übrigens: Den „Gipfel-Trubel“, den man von manch anderem Aussichtsberg her kennt, sucht man hier vergebens. Stattdessen finden Wanderer weite Landschaften, eindrucksvolle Aus- und Tiefblicke und viel Ruhe.

### **Besonderer Tipp: Einkehr in den einzigartigen „Baitels“**

Für eine gemütliche Rast bieten sich die kleinen „Baitels“ rund um Livigno an. Zwischen 2.000 und knapp 3.000 Meter Höhe verteilen sich die kleinen Schutzhütten für Selbstversorger auf beiden Seiten des Livignotals. Was früher Unterkünfte für Schäfer waren, sind heute einladende Miniatur-Behausungen, die im Sommer für Wanderer, Bergsteiger oder Mountainbiker, im Winter für Skitourengeher oder Schneeschuhwanderer ständig geöffnet sind. Manche Baitels verfügen sogar über eine eigene Quelle, Grillplatz, Ofen samt Brennholz, Geschirr, Rotwein und fast immer über eine Flasche lokalen Taneda-Schnaps. Wer etwas Zeit mitbringt, kann sich hier eine ordentliche Portion Pasta kochen und die Seele baumeln lassen. Gepflegt werden die Baitels von einem ehrenamtlichen Verein aus Livigno.

### **Mit Bus und Bike ans Ziel kommen**

Drei verschiedene Buslinien decken das ganze Obere Veltlin, bestehend aus Livigno und fünf weiteren Gemeinden, ab. Die Busse innerhalb Livignos sind gratis und bringen Wanderer bequem an ihren Tourenstart und wieder zurück. Gegen Voranmeldung dürfen auch Fahrräder transportiert werden.

Bike & Hike Tipp: Mit dem Mountainbike oder E-Bike lassen sich viele der Touren in und um Livigno verkürzen oder gleich vom Hotel aus starten. Verschiedene Shops und Stationen bieten den Verleih tageweise an, weitere Infos gibt es unter [www.livigno.eu](http://www.livigno.eu).

April 2022

**Weitere Informationen:** Azienda di Promozione e Sviluppo Turistico GmbH, Saroch-Str. 1098/a nahe Plaza Plachéda, I-23030 Livigno (So), Tel.:+39 0342 977800, E-Mail: [info@livigno.eu](mailto:info@livigno.eu)

**Redaktion:** Hansmann PR, Lipowskystraße 15, 81373 München, Tel. +49 89 3605499 0, Fax +49 89 3605499 33, E-Mail: [info@hansmannpr.de](mailto:info@hansmannpr.de), [www.hansmannpr.de](http://www.hansmannpr.de)